

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
BURNOUT (KEJENUHAN KERJA) PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA, STUDI PADA MAHASISWA ALIH
PROGRAM JURUSAN AKUNTANSI FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

DWI SETYANINGSIH

8155082762



**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN EKONOMI
KONSENTRASI PENDIDIKAN AKUNTANSI
JURUSAN EKONOMI DAN ADMINISTRASI
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2012**

***CORRELATION OF SOCIAL SUPPORT WITH BURNOUT ON
THE WORKING UNIVERSITY STUDENT, STUDY OF
EXTENSION UNIVERSITY STUDENT DEPARTMENT OF
ACCOUNTING FACULTY OF ECONOMIC UNIVERSITAS
NEGERI JAKARTA***

DWI SETYANINGSIH

8155082762



Skripsi is Written As Part Of Bachelor Degree In Education Accomplishment

**STUDY PROGRAM OF ECONOMIC EDUCATION
CONCENTRATION OF ACCOUNTING EDUCATION
DEPARTMENT OF ECONOMIC AND ADMINISTRATION
FACULTY OF ECONOMIC
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2012**

ABSTRAK

DWI SETYANINGSIH. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Burnout* Pada Mahasiswa Yang Bekerja, Studi Pada Mahasiswa Alih Program Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Program studi Pendidikan Ekonomi, Konsentrasi Pendidikan Akuntansi, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta, Juni 2012.

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data yang tepat dan dapat dipercaya tentang seberapa jauh hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

Penelitian ini dilakukan selama 2 bulan terhitung Mei 2012 sampai Juni 2012. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode survey dengan pendekatan korelasional, sedangkan data yang diperoleh berasal dari instrumen yang disebar kepada mahasiswa alih program jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta sebanyak 63 orang. Sampel diambil sebanyak 51 orang.

Untuk mendapatkan data variabel X (Dukungan Sosial) dan data variabel Y (*Burnout*) digunakan instrumen berbentuk kuesioner skala likert. Setelah itu dilakukan uji validitas konstruk melalui proses validasi yaitu perhitungan koefisien korelasi skor butir dengan skor total dan uji reliabilitas dengan rumus Alpha Cronbach. Hasil reliabilitas variabel X (Dukungan Sosial) sebesar 0,93 sedangkan hasil reliabilitas variabel Y (*Burnout*) sebesar 0,96. Uji persyaratan analisis yang dilakukan adalah dengan mencari persamaan regresi. Adapun persamaan regresi yang didapat adalah $\hat{Y} = 170,36 - 0,73X$. Selanjutnya adalah uji normalitas galat taksiran regresi atas X dengan menggunakan uji liliefors dan diperoleh $Lo = 0,0809$ dibandingkan L_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 sebesar 0,1241 maka $Lo < L_{tabel}$. Hal ini berarti galat taksiran Y atas X berdistribusi normal. Untuk uji keberartian regresi diperoleh $F_{hitung} (8,51) > F_{tabel} (4,04)$ hal ini membuktikan bahwa regresi berarti. Sedangkan uji kelinearan menghasilkan $F_{hitung} (0,91) < F_{tabel} (2,31)$, ini berarti model regresi yang dipakai adalah linear.

Uji koefisien korelasi product moment menghasilkan $r_{xy} = -0,39$. Kemudian dilanjutkan dengan uji signifikan koefisien dengan menggunakan uji t. Hasil yang diperoleh adalah t_{hitung} sebesar -2,9251, sedangkan t_{tabel} pada $dk = n - 2 = 49$ dan taraf signifikansi 0,05 adalah -1,671, berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$. Selain itu, diperoleh uji koefisien determinasi sebesar 14,87% yang berarti bahwa *burnout* ditentukan sebesar 14,87% oleh adanya dukungan sosial. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Hal ini berarti jika semakin tinggi dukungan sosial mahasiswa maka akan semakin rendah mahasiswa mengalami *burnout*.

Kata kunci: *burnout*, dukungan sosial

ABSTRACT

DWI SETYANINGSIH. *Correlation of Social Support With Burnout on the Working University Student, Study Of Extension University Student Department Of Accounting Faculty Of Economic Universitas Negeri Jakarta . The course study of Economics Education, Concentration Accounting Education, Department of Economics and Administration, Faculty of Economics, Universitas Negeri Jakarta, in June 2012.*

This study aims to obtain accurate data and reliable about how far the relationship between social support with burnout of working university student.

The study was conducted over two months from May 2012 until June 2012. The research method used is survey method with the correlational approach, whereas the data obtained from instruments that are distributed to extension university student Department of Accounting Faculty of Economic State University of Jakarta as many as 63 people. Samples were taken as many as 51 people.

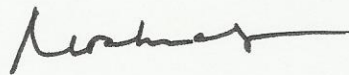
To get the data of variable X (social support) and the data variable Y (Burnout) used a questionnaire-shaped instrument with Likert scale statements. Once the construct validity was tested through the validation process which is the calculating the correlation coefficient score points with the total score and reliability testing with Cronbach Alpha formula. The results of the reliability of the variable X (social support) is 0.93 while the reliability of the variable Y (Burnout) is 0.96. Test requirements analysis is performed by finding the regression equation. The regression equation obtained was $Y = 170,36 - 0.73X$. Next is a test for normality of estimated regression error on X by using the liliefors test and earned $Lo = 0.0809$ compared L_{tabel} at 0.05 significance level at 0.1241 then the $Lo < Lt$. This means that the error estimate of Y on X is normally distributed. To test the significance regression obtained $F_{count} (8.51) > F_{table} (4.04)$ this means that regression is significance. While the linearity test result $F_{count} (0.91) < F_{table} (2.31)$, this means that the model used is linear regression.

Product Moment Coefficient Correlation test produces $r_{xy} = -0.39$. Then followed by coefficients significant test using t test. The results obtained are t_{count} at -2,9251 while the T_{table} on $dk = n-2 = 49$ and 0.05 significance level is -1.671, meaning $t_{count} > T_{table}$. In addition, the coefficient of determination test obtained by 14,87% which means that the academic cheating was set at 14,87% by the presence of social support. Conclusions of this study is that there is a relationship between social support with burnout on working university student. This means that if the higher the university students sosial support the lower levels of experiencing burnout.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab

Dekan Fakultas Ekonomi



Dra. Nurahma Hajat, M.Si
NIP. 1953 1002 198503 2001

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>M. Yaser Arafat, MM</u> NIP. 19710413 200112 1 001	Ketua		26 Juli 2012
2. <u>Susi Indriani, M.SAk</u> NIP. 19760820 200912 2 001	Sekretaris		26 Juli 2012
3. <u>Dr. Mardi, M.Si</u> NIP. 19600301 198703 1 001	Penguji Ahli		30 Juli 2012
4. <u>Santi Susanti, S.Pd, M.Ak</u> NIP. 19770113 200501 2 002	Pembimbing I		27 Juli 2012
5. <u>Ati Sumiati, S.Pd, M.Si</u> NIP. 19790610 200801 2 028	Pembimbing II		30 Juli 2012

Tanggal Lulus: 18 Juli 2012

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Juli 2012

Yang Membuat Pernyataan



Dwi Setyaningsih

NIM. 8155082762

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya yang selalu percaya bahwa saya dapat melakukan yang terbaik, yang tak pernah lupa memberikan doa dalam setiap shalatnya, yang menjadi inspirasi, dan alasan bagi saya untuk bertahan dalam setiap keadaan. Untuk belahan hati yang selalu memberikan dukungan dan dorongannya selama proses pengerjaan. Untuk orang-orang dan guru-guru yang telah berkontribusi dalam pendidikan saya. Dan sahabat-sahabat yang memberikan warna dalam hidup saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat, berkah dan ridhonya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan Judul **“Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Burnout* Pada Mahasiswa Yang Bekerja, Studi Pada Mahasiswa Alih Program Jurusan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta”**.

Penulisan skripsi ini dibuat dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan guna meraih gelar kesarjanaan dalam bidang Pendidikan Ekonomi di Universitas Negeri Jakarta. Penulisan Skripsi ini disusun berdasarkan informasi dan data yang diperoleh dalam penelitian di Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Santi Susanti, S.Pd, M.Ak selaku dosen pembimbing satu dan selaku Ketua Konsentrasi Pendidikan Akuntansi atas bimbingannya yang penuh kesabaran dan kerelaan hati selama penyusunan skripsi ini.
2. Ati Sumiati, S.Pd, M.Si selaku dosen pembimbing dua yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti selama proses penyusunan skripsi.
3. Dr. Saparudin, SE, M.Si selaku Ketua Program Studi Pendidikan Ekonomi
4. Ari Saptono, SE, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ekonomi dan Administrasi
5. Dra. Nurahma Hajat, M.Si selaku Dekan Fakultas Ekonomi UNJ
6. Karyawan Kasubag Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta

7. Semua keluargaku, Bapak, Mama, kakak, dan adikku yang telah mendukung baik moril maupun materil serta motivasi yang diberikannya.
8. Belahan hatiku yang InsyaAllah akan menjadi imamku, terimakasih atas dorongan semangatnya yang tiada henti.
9. Semua sahabatku khususnya Ochi, Restu, Nina, Puspa, Delina, Evi yang selama ini memberikan dorongan semangatnya.

Jakarta, Juli 2012

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN PERUMUSAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teoritis	
1. Konsep <i>Burnout</i>	
a. Pengertian <i>Burnout</i>	10
b. Gejala <i>Burnout</i>	16
c. Penyebab <i>Burnout</i>	18
2. Konsep Dukungan Sosial	
a. Pengertian Dukungan Sosial.....	19

b. Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial.....	21
c. Faktor-Faktor Terbentuknya Dukungan Sosial.....	24
B. Kerangka Berpikir	27
C. Perumusan Hipotesis	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
C. Metode Penelitian	29
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	
1. Populasi	30
2. Teknik Pengambilan Sampel	30
E. Teknik Pengambilan Data / Instrumen Penelitian	
1. Variabel <i>Burnout</i>	
a. Definisi Konseptual	31
b. Definisi Operasional	32
c. Kisi-Kisi Instrumen.....	32
d. Penskoran Item	34
e. Uji Coba Instrumen.....	35
2. Variabel Dukungan Sosial	
a. Definisi Konseptual	37
b. Definisi Operasional	37
c. Kisi-Kisi Instrumen.....	37
d. Penskoran Item	39
e. Uji Coba Instrumen.....	40
F. Konstelasi Hubungan Antar Variabel/ Desain Penelitian	42

G. Teknik Analisis Data	
1. Persamaan Regresi	43
2. Uji Persyaratan Analisis	
a. Uji Normalitas	43
b. Uji Linearitas Regresi	44
c. Uji Keberartian Regresi	46
3. Uji Hipotesis Penelitian	
a. Uji Koefisien Korelasi	46
b. Uji Keberartian Koefisien Korelasi	47
c. Uji Koefisien Determinasi	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	
1. <i>Burnout</i>	49
2. Dukungan Sosial	53
B. Analisis Data	
1. Persamaan Garis Regresi	57
2. Uji Pesyaratan Analisis	
a. Uji Normalitas	58
b. Uji Linearitas dan Keberartian Regresi	59
3. Pengujian Hipotesis Penelitian	
a. Koefisien Korelasi	60
b. Koefisien Determinasi	60
C. Interpretasi Hasil Penelitian	61
D. Keterbatasan Penelitian	65

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	67
B. Implikasi	68
C. Saran.....	69

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Permohonan Izin Penelitian	71
2 Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	72
3 Daftar Responden	73
4 Penyebaran Nomor Instrumen Final Dukungan Sosial (X)	74
5 Penyebaran Nomor Instrumen Final <i>Burnout</i> (Y)	75
6 Kuesioner Uji Coba Variabel X	76
7 Kuesioner Uji Coba Variabel Y	79
8 Data Perhitungan Validitas Variabel X	81
9 Data Perhitungan Reliabilitas Variabel X	83
10 Data Perhitungan Validitas Variabel Y	85
11 Data Perhitungan Reliabilitas Variabel Y	87
12 Kuesioner Final Variabel X	89
13 Kuesioner Final Variabel Y	91
14 Data Hasil Kuesioner Final Variabel X	93
15 Data Hasil Kuesioner Final Variabel Y	95
16 Data Mentah Variabel X dan Y	97
17 Data Urut Variabel X dan Y	98
18 Perhitungan Distribusi Frekuensi Variabel X	99
19 Grafik Histogram Variabel X	100
20 Perhitungan Distribusi Frekuensi Variabel Y	101
21 Grafik Histogram Variabel Y	102
22 Perhitungan Rata-Rata, Varians, dan Simpangan Baku	103
23 Perhitungan Persamaan Regresi	105
24 Diagram Pencar Regresi	107

25	Perhitungan Normalitas Galat Taksiran	108
26	Langkah Perhitungan Normalitas Galat Taksiran	110
27	Tabel Perhitungan Uji Linearitas Regresi	111
28	Perhitungan Uji Keberartian Regresi	113
29	Perhitungan Uji Linearitas Regresi	115
30	Tabel ANAVA Uji Keberartian dan Linearitas Regresi	116
31	Perhitungan Koefisien Korelasi <i>Product Moment</i>	117
32	Perhitungan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi (Uji-t).....	118
33	Perhitungan Koefisien Determinasi	119
34	Rata-rata Hitung Skor Variabel X.....	120
35	Rata-rata Hitung Skor Variabel Y	121
36	Tabel Penentuan Jumlah Sampel	122
37	Tabel Nilai r Product Moment	123
38	Tabel Nilai Distribusi t.....	124
39	Tabel Lilliefors.....	125
40	Tabel Nilai Distribusi F.....	126
41	Tabel Z	127
42	Tabel F	128

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
III. 1	Kisi-Kisi Instrumen <i>Burnout</i>	33
III. 2	Daftar Skor Instrumen <i>Burnout</i>	34
III. 3	Kaidah Reliabilitas Guifford	36
III. 4	Kisi-Kisi Instrumen Dukungan Sosial	38
III. 5	Daftar Skor Instrumen Dukungan Sosial	39
III. 6	Kaidah Reliabilitas Guifford	41
III. 7	Tabel ANAVA	45
IV. 1	Distribusi Data Variabel <i>Burnout</i> (Y)	50
IV. 2	Distribusi Frekuensi Variabel <i>Burnout</i> (Y)	50
IV. 3	Persentase Rata-rata Hitung Skor Burnout	52
IV.4	Distribusi Data Variabel Dukungan Sosial (X)	53
IV. 5	Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Sosial (X)	54
IV. 6	Persentase Rata-rata Hitung Skor	56
IV.7	Hasil Uji Normalitas Galat Taksiran	58
IV. 8	ANAVA Untuk Keberartian dan Linearitas Regresi	59
IV. 9	Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi antara X dan Y	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
III. 1	Arah Hubungan Variabel X dan Variabel Y	42
IV. 1	Grafik Histogram Variabel Burnout (Y)	51
IV. 2	Grafik Histogram Variabel Dukungan Sosial (X)	55
IV. 3	Persamaan Garis Regresi $\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$	57

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Era globalisasi adalah era yang penuh dengan persaingan di berbagai aspek dalam bidang kehidupan, termasuk di dalamnya bidang pekerjaan. Tidak terkecuali negara Indonesia yang memiliki jumlah penduduk yang besar sedangkan lapangan pekerjaan yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja. Hal tersebut membuat persaingan untuk mendapatkan pekerjaan menjadi sangat ketat.

Kesempatan untuk mendapat pekerjaan akan lebih mudah bila seorang pencari kerja mempunyai latar belakang pendidikan tinggi. Hal tersebut disebabkan karena melalui pendidikan, individu akan mampu meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Hal ini menjadi salah satu alasan seorang tenaga kerja menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi, sehingga hal tersebut memunculkan suatu fenomena yang berkembang, yaitu banyak mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

Kuliah sambil bekerja sudah merupakan hal yang tidak asing lagi di kalangan mahasiswa. Banyak pertimbangan yang dijadikan dasar mahasiswa

kuliah sambil bekerja. Faktor ekonomi bukan satu-satunya pertimbangan, namun bisa hanya sekedar mencari pengalaman atau menambah uang saku.¹

Collegecures menyebutkan, ada dua jenis mahasiswa yang bekerja. Pertama, mahasiswa yang bekerja untuk membayar tagihan mereka, dan kedua, para pekerja yang kuliah. Mahasiswa yang bekerja biasanya hanya menjadi pekerja paruh waktu, sehingga terkadang masih dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Tetapi, para pegawai yang kuliah, biasanya akan kesulitan memperoleh gelar dalam waktu studi normal.²

Bekerja *part time*, itulah sebutan pekerjaan mahasiswa yang mempunyai tugas utama kuliah. Pekerjaan paruh waktu (*part time job*) bukanlah pekerjaan utama, biasanya jam kerjanya kurang dari jam kerja normal (40-48 jam dalam sepekan). Sedangkan jika mengacu pada Badan Pusat Statistik (BPS), pekerja paruh waktu bekerja di bawah 35 jam sepekan. Biasanya bekerja *part time* memerlukan waktu 4-6 jam dalam satu shift.³

Mahasiswa dengan kerja penuh (*full time*) cenderung memiliki waktu yang lebih sulit di kampus karena mereka bekerja untuk mencari nafkah. Para mahasiswa yang masuk dalam kelompok ini juga harus bekerja keras untuk mengejar ketinggalan mereka dalam pelajaran. Risiko lainnya adalah, para mahasiswa ini lebih mungkin putus sekolah karena stres. Mereka mungkin

¹ Tim UPN, *Tak Selalu Karena Motif Ekonomi* (<http://harianjoglosemar.com/berita/tak-selalu-karena-motif-ekonomi-29984.html?page=23>) diakses 10 Mei 2012

² Rifa Nadia, *Sebelum Memutuskan Kuliah Sambil Kerja*. (<http://kampus.okezone.com/read/2012/04/02/373/604110/sebelum-memutuskan-kuliah-sambil-kerja>) diakses 10 Mei 2012

³ Yuwan Y.R. *Fenomena Part Time Job Mahasiswa*. (<http://www.senyumkita.com/kabar-senyum/fenomena-part-time-job-mahasiswa/#.T6swgFLx7PY>) diakses 10 Mei 2012

kesulitan membagi waktu antara berkonsentrasi mengerjakan tugas-tugas kuliah, atau justru terjebak dalam 'kenikmatan' menghasilkan uang sendiri.⁴

Kuliah sambil bekerja ada sisi positif dan negatifnya. Aspek negatifnya, kuliah dapat terbengkalai dan target penyelesaian kuliah menjadi molor apabila mahasiswa tidak dapat manajemen waktu dengan baik. Positifnya, bagi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, selain bisa mempunyai penghasilan sendiri, pengalaman yang didapatkan saat bekerja sangat bermanfaat untuk mendukung perkuliahannya. Apalagi sesuai bidang keilmuannya. Setidaknya dapat merasakan langsung semua hal yang berhubungan dengan dunia kerja yang sesungguhnya yang selama ini hanya tau dari buku dan *sharing* dari dosen.⁵

Dengan pengetahuan dan pengalaman langsung, mahasiswa akan lebih mudah memahami isi perkuliahan itu. Karena pada dasarnya, isi perkuliahan memang menjelaskan istilah-istilah dan hal-hal yang terjadi dan berhubungan erat dengan dunia kerja. Keuntungan lain dari bekerja pada waktu kuliah, mahasiswa dapat menggunakan perusahaan tempat mereka bekerja sebagai objek studi kasus bagi tugas-tugas, diskusi ataupun makalah kuliahnya. Hal ini akan memberi banyak kemudahan bagi mahasiswa karena mereka sudah mengenal dengan baik perusahaan tersebut dan pengurusan surat izin melakukan penelitian akan jauh lebih mudah juga. Mahasiswa juga dapat menggunakan fasilitas yang diberikan perusahaan, misalnya komputer atau bahkan layanan internet, untuk kepentingan perkuliahan dan tentu saja ini

⁴ Rifa Nadia. Op.cit

⁵ Ist. *Kuliah Sambil Kerja, Why Not?* (<http://radarlampung.co.id/read/pendidikan/30704-kuliah-sambil-kerja-why-not>) diakses 10 Mei 2012

dilakukan di luar jam kerja.⁶

Mahasiswa yang bekerja biasanya mengambil jam kuliah pada sore sampai malam hari, karena di pagi harinya mereka harus bekerja. Dapat dikatakan mahasiswa yang bekerja, sebagai individu memiliki status lain yaitu pegawai atau karyawan di suatu lembaga usaha. Dalam hal ini mahasiswa yang bekerja tentunya memiliki waktu yang sedikit dibanding mahasiswa yang tidak bekerja. Mahasiswa yang bekerja, harus mengelola waktu belajar dalam waktu yang sempit. Seringkali dalam kondisi lelah setelah pulang bekerja, harus mengikuti kuliah, mengerjakan tugas yang harus dikumpulkan dengan terburu-buru, bahkan bila terlalu lelah, banyak mahasiswa yang memutuskan untuk tidak mengikuti perkuliahan malam itu.

Masalah lainnya adalah berbagai problematika yang terjadi di tempat kerja dapat memberi dampak terhadap proses belajar mahasiswa yang bekerja. Masalah-masalah yang sering dihadapi di tempat kerja antara lain, rutinitas pekerjaan yang monoton, konflik dan hubungan yang tak harmonis sesama pegawai atau dengan atasan, persaingan yang ketat, tuntutan kerja yang makin bertambah, pekerjaan yang bertumpuk, serta gaji yang tak sesuai. Masalah tersebut adalah sedikit hal yang menyebabkan kelelahan baik emosi dan fisik pada karyawan.

Salah satu hal yang dihadapi oleh dunia kerja saat ini adalah *burnout* pada karyawan disetiap jenjang jabatan dan pekerjaan. Sutjipto menjelaskan bahwa *burnout* merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan

⁶ Ibid

jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat.⁷

Selaras dengan hal di atas, Cordes dan Daugherty menjelaskan bahwa *burnout* adalah kelelahan yang amat sangat dimana membuat kinerja individu terhambat bahkan berhenti. Saat ini *burnout* menjadi masalah krusial di dunia kerja, karena seringkali menghambat laju kinerja para karyawan yang akhirnya merugikan perusahaan. *Burnout* seringkali muncul di dunia kerja dikarenakan rutinitas serta tekanan yang tinggi dalam kesehariaannya.⁸

Menurut, Haryanto, berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh seorang mahasiswa psikologi, Widianingrum, pada tahun 2012 terhadap 221 mahasiswa yang diambil secara acak menunjukkan bahwa satu dari empat mahasiswa mengalami tingkat stres sedang, sementara hampir 4% menunjukkan tingkat *burnout* yang tinggi. Haryanto juga menambahkan, apabila dicermati secara mendalam, masalah- masalah kesehatan mental pada mahasiswa bersumber pada aspek akademis maupun non-akademis, dan dari faktor internal maupun eksternal mahasiswa.⁹

Pada kasus ini dimana Universitas Negeri Jakarta sebagai tempat penelitian, khususnya di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta, berdasarkan observasi awal peneliti terhadap absensi mahasiswa alih program jurusan Akuntansi dimana ditemukan absensi yang kurang dalam hal kehadiran mahasiswa di kelas. Kurangnya partisipasi mahasiswa di kelas

⁷ Sutjipto. *Apakan Anda Mengalami Burnout?*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan.2001

⁸ Cooper, Cary L. *The Handbook of Work and Health Psychology*. (New York: John Willey and son Ltd. 2003)

⁹ Bettyndira, Riza. *Workshop Kesehatan Mental Untuk Mahasiswa*.
(<http://www.jogjatv.tv/berita/13/04/2012/workshop-kesehatan-mental-untuk-mahasiswa>) diakses 10 Mei 2012

yang disebabkan pekerjaan baik itu karena kelelahan maupun masalah di tempat kerja menjadi salah satu gejala bahwa mahasiswa mengalami *burnout* di tempat kerja.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, didapat informasi bahwa beberapa mahasiswa di antara mereka tidak tinggal bersama keluarga (kost), sehingga dapat disimpulkan mereka kurang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga.

Lingkungan kerja yang kurang mendukung menjadi salah satu penyebab *burnout*. Lingkungan kerja dapat menentukan kemungkinan munculnya *burnout* seperti beban kerja yang berlebihan, konflik peran, jumlah individu yang harus dilayani, tanggung jawab yang harus dipikul, pekerjaan rutin dan yang bukan rutin, ambiguitas peran, dukungan sosial dari rekan kerja yang tidak memadai, dukungan sosial dari atasan tidak memadai, kontrol yang rendah terhadap pekerjaan dan kurangnya stimulasi dalam pekerjaan.¹⁰

Faktor perfeksionis individu juga merupakan penyebab *burnout* yaitu individu yang selalu berusaha melakukan pekerjaan sampai sangat sempurna sehingga akan sangat mudah merasakan frustrasi bila kebutuhan untuk tampil sempurna tidak tercapai. Karena individu yang perfeksionis rentan terhadap *burnout*.¹¹

Menurut Kristi kondisi *burnout* dipicu karena situasi kerja tidak sesuai harapan. Hak dan tanggungjawab tidak jelas, serta benturan peran dengan rekan lain berkontribusi munculnya *burnout*. "Beban bertambah, tuntutan

¹⁰ <http://mayadewi.wordpress.com/category/kesehatan/> diakses 10 Mei 2012

¹¹ Ibid

kerja yang berat tapi tidak ada penghargaan juga menjadi pemicu," kata Kristi menambahkan. Pemimpin juga bisa menjadi penyebab *burnout*. Kalaupun bukan menjadi penyebab pemimpin kerap memperparah situasi. Kondisi ini diperparah jika si karyawan tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga atau teman.¹²

Ganster yang dikutip oleh Dewi Laily Purnamasari menyatakan bahwa manusia diciptakan sebagai makhluk sosial membutuhkan dukungan orang lain, termasuk keluarga. Demikian juga karyawan yang bekerja di suatu perusahaan tentu sangat membutuhkan dukungan sosial dari pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, maupun atasan. Dukungan sosial menunjukkan hubungan untuk membantu memecahkan masalah yang berkaitan dengan pekerjaan. Dukungan itu bisa bersifat langsung maupun tidak langsung. Ternyata dari berbagai penelitian dihasilkan kesimpulan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh cukup besar dalam mendukung aspek psikologi karyawan, sehingga karyawan mampu bekerja dengan tenang, dapat berkonsentrasi mengerjakan pekerjaan, menjadi loyal, termotivasi bekerja, dan sebagainya.¹³

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui seberapa erat hubungan dukungan sosial dengan *burnout* (kejenuhan kerja) pada mahasiswa yang bekerja.

¹² Akbar Tri Kurniawan. *Mengatasi Burnout Saat Kerja* (<http://www.tempo.co/read/news/2010/04/15/107240754/Mengatasi-Burnout-Saat-Kerja>). Diakses 10 Mei 2012

¹³ Dewi Laily Purnamasari. *Mengapa Perlu Dukungan Sosial Bagi Karyawan*. (<http://www.ekonomi.kompasiana.com/manajemen/2012/02/01/mengapa-perlu-duktungan-sosial-bagi-karyawan-edisi-riset-sdm>). Diakses 25 Juli 2012

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, ditemukan bahwa penyebab terjadinya *burnout* pada mahasiswa yang bekerja diantaranya:

1. Lingkungan yang kurang mendukung
2. Konflik peran
3. Kurangnya penghargaan
4. Faktor perfeksionis individu
5. Kurangnya dukungan sosial yang diterima

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah diuraikan di atas dapat dikemukakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja sangat beragam . Maka penelitian ini hanya dibatasi pada: "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Burnout* (Kejenuhan Kerja)".

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan, permasalahan dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout*?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1) Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan diadakannya penelitian lanjutan guna memperkaya penelitian dalam bidang pendidikan khususnya mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Sehingga didapatkan cara yang tepat untuk mencegah maupun menanggulangi *burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

2) Kegunaan Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pihak otoritas dan pelaku kebijakan institusional dalam mengatasi *burnout* pada mahasiswa yang bekerja
- b. Bagi mahasiswa yang bekerja diharapkan dapat memahami gejala-gejala *burnout* sehingga dapat dengan segera mencegah atau meminimalkan terjadinya *burnout* sedini mungkin mengingat efek negatif yang ditimbulkannya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN PERUMUSAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teoritis

1. *Burnout*

a. Pengertian *Burnout*

Istilah yang sering digunakan untuk beban yang terlalu berat di masa kini adalah *burnout*, yaitu perasaan tidak berdaya, tidak memiliki harapan, yang disebabkan oleh stres akibat pekerjaan yang terlalu berat.

Penelitian tentang *burnout* sendiri sebenarnya telah berlangsung selama 20 tahun, sehingga menghasilkan berbagai ragam pengertian. Maslach dan Jackson mengatakan bahwa “*Burnout is a syndrome of emotional exhaustion, depersonalization, and reduce personal accomplishment*” Dapat diartikan, *burnout* adalah sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi.¹

Di sisi lain, Bakker dan Schaufeli menjabarkan *burnout* sebagai suatu bentuk reaksi stres kerja yang spesifik pada orang-orang yang bekerja dalam bidang pelayanan sosial, sebagai hasil dari tuntutan emosional dalam hubungan antara karyawan dan orang-orang yang harus dilayani.²

¹ Gunarsa, Singgih D. *Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi anak*. (Jakarta: Gunung mulia, 2004), h. 367

² Ibid

Santrock menyebutkan bahwa *burnout* adalah suatu perasaan putus asa dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh stres berlarut-larut yang berkaitan dengan kerja.³ Farber menambahkan bahwa, ketidakpedulian, ketidakpekaan atasan, kurangnya apresiasi masyarakat dengan pekerjaan, kritik masyarakat, mutasi kerja yang tidak dikehendaki, bahkan bangunan fisik tempat kerja yang tidak baik juga menjadi beberapa faktor lingkungan sosial yang turut berperan menimbulkan *burnout*.⁴

Menurut Luthan Fred, *“hill as far as the increasingly popular term “burnout” is concerned, some stress researchers contend that burnout is a type of stress”*.⁵ Menurut Cynthia L. Condes and Thomas W. Dougherty *“and others treat it differently. For example, a recent comprehensive review of job burnout says that is characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and diminished personal accomplishment”*⁶

Dapat diartikan, seiring dengan pengfokusan istilah *burnout*, beberapa ahli dalam bidang stress berpendapat bahwa *burnout* adalah sebuah gejala yang mirip dengan stress dan beberapa peneliti melihat stress berbeda dengan *burnout*. Sebagai contoh, sebuah studi mutakhir menyangkut masalah gejala *burnout* yang berkaitan dengan pekerjaan mengatakan bahwa *burnout* ditandai dengan kelelahan emosi, depersonalisasi, dan hilangnya pencapaian seseorang.

³ Jhon W. Santrock, *Life-span development: perkembangan masa hidup*, (Jakarta: Erlangga) h. 74

⁴ Farber, B. A. *Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher*. (Jossey-Bass, 1991)

⁵ Luthans fred, *Organuzational Behavior english edition*, (McGraw Hill, 1998) h.331

⁶ Ibid

R. T. Lee and B. E. Ashforth menyebutkan, *burnout is defined as a three dimensional concept characterized by:*

- 1) *Depersonalization or a negative shift in response to other*
- 2) *Decreased sense of personal accomplishment*
- 3) *Physical, mental, and emotional exhaustion.*⁷

Dapat diartikan, *burnout* didefinisikan dengan karakteristik konsep tiga dimensi, yaitu:

- 1) Depersonalisasi atau perubahan reaksi yang negatif kepada orang lain
- 2) Penurunan pencapaian prestasi pribadi
- 3) Kelelahan emosional, fisik, dan mental

Richard M. Hodgest mengatakan “*Burnout is a response to chronic stress that results in emotional or physical exhaustion or both. Burnout adalah reaksi stress yang kronis yang dihasilkan dari kelelahan emosional atau fisik atau keduanya.*”⁸

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* menyebabkan seseorang mengalami kelelahan fisik dan emosional sehingga menimbulkan reaksi negatif terhadap orang lain.

⁷ Stephen P. Robbins, *Organizational behavior*, (New Jersey: Prentice Hall, 1993). h. 67

⁸ Richard M. Hodgest. *Organizational behavior: theory and practice*, (New york: mahmillan publishing company, 1991), h. 344

Cicilia Maslach berpendapat bahwa *Burnout* merupakan sindrom psikologis yang terdiri atas tiga dimensi yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya hasrat pencapaian prestasi.

1. Kelelahan emosional ditandai dengan terkurasnya sumber-sumber emosional, misalnya perasaan frustrasi, putus asa, sedih, tidak berdaya, tertekan, apatis terhadap pekerjaan dan merasa terbelenggu oleh tugas-tugas dalam pekerjaan sehingga seseorang tidak mampu memberikan pelayanan secara psikologis. Selain itu, mereka mudah tersinggung dan mudah marah tanpa alasan yang jelas.
2. Depersonalisasi adalah adanya sifat negatif, kasar, menjaga jarak dengan penerima layanan, menjauhnya seseorang dari lingkungan sosial, dan cenderung tidak peduli terhadap lingkungan serta orang-orang disekitarnya, kehilangan idealisme, berpendapat negatif, dan bersikap sinis terhadap klien.
3. Rendahnya hasrat pencapaian prestasi ditandai dengan adanya perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan, dan bahkan kehidupan, serta merasa bahwa ia belum pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat.⁹

Sementara itu Schaufeli dan Brunk yang dikutip oleh Baron dan Greenberg mengatakan:

“Such people are described as suffering from burnout, which is a syndrome that results from prolonged exposure to stress and consist of three components: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment.”

1. *Emotional exhaustion is a chronic state of physical and emotional depletion. Persons suffering from it feel drained, fatigued, and no longer able to cope with the demands of their jobs.*
2. *Depersonalization involves the development of callous, cynical attitudes about one’s career and work. Persons experiencing such attitudes feel that nothing they do has any meaning or value – and that others feel thus way, too.*
3. *Reduced personal accomplishment refers to a tendency to evaluate oneself negatively regarding your accomplishment at work. People*

⁹ Sutjipto. *Apakah Anda Mengalami Burnout?*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan.2001

*experiencing this reaction feel they have not accomplished much in the past – and that they will not succeed in the future, either.”*¹⁰

Dapat diartikan, beberapa orang digambarkan seperti menderita kelelahan, yang merupakan sindrom hasil dari stres yang terlalu lama dan terdiri dari tiga komponen: kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi.

1. Kelelahan emosional adalah suatu keadaan fisik yang kronis dan menurunnya emosi jiwa. Orang yang menderita ini merasakan kehampaan, keletihan, dan tidak bisa menghadapi tuntutan pekerjaan
2. Depersonalisasi meliputi perasaan hampa atau tidak peduli, sifat-sifat sinis terhadap karir dan pekerjaan orang lain. Orang yang mengalami depersonalisasi itu merasakan apapun yang mereka kerjakan tidak memiliki arti dan nilai.
3. Kurangnya pencapaian diri adalah sebuah kecenderungan dalam menilai secara negatif yang menyangkut dengan pencapaian pekerjaan. Kecenderungan orang yang mengalami ini merasakan mereka tidak pernah mencapai sesuatu (berhasil) apa yang sudah dilakukannya. Bahkan mereka tidak akan sukses di masa yang akan datang.

¹⁰ Jerald Greenberg dan Robert A. Baron. *Behavior and Organization*, (New Jersey: Prentice Hall, 2000), h.234

Menurut Baron Perlmen dan E. Alan Hartman, “*burnout a situation where employees suffer from chronic fatigue, boredom, depression and powerful alienation from their jobs*. Bila diartikan, *burnout* adalah keadaan dimana pekerja menderita kelelahan kronis, kebosanan, depresi, dan keterasingan kuat dari pekerjaan mereka.”¹¹

Menurut Dessler “*burnout is a phenomenon closely associated with job stress, and has been defined as the total depletion of physical and mental resources caused by excessive striving to reach an unrealistic work-related goal. Burnout manifests itself in emotional exhaustion, depersonalization, and feelings of diminished personal accomplishment*.”¹²

Dapat diartikan, *burnout* merupakan fenomena yang berkaitan erat dengan stres kerja, dan didefinisikan sebagai kehabisan sumber daya fisik dan mental yang disebabkan oleh usaha yang berlebihan untuk mencapai tujuan yang berhubungan dengan pekerjaan. *Burnout* digambarkan dalam kelelahan emosional, depersonalisasi, dan perasaan menurunnya prestasi pribadi.

Dari beberapa definisi tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *burnout* adalah kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi yang disebabkan oleh stress yang berkepanjangan.

¹¹ Keith Davis dan John W. Newstrom, *Human behavior at work: organizational behavior*, (Singapore: McGraw Hill, 1985), h.471

¹² Gary dessler. *A framework for human resource management*. (New Jersey: Prentice hall, 2002), h.288

b. Gejala *Burnout*

Menurut Jerrold S. Greenberg, gejala *burnout* termasuk sebagai berikut:

1. Hilangnya rasa humor: ketidakmampuan untuk tertawa dalam kehidupan sehari-hari dan dalam situasi kerja
2. Melewati waktu istirahat dan makan: berlanjut tidak memiliki waktu untuk minum kopi atau istirahat makan siang untuk mengembalikan stamina
3. Meningkatnya waktu kerja dan tidak ada libur: tidak disediakan dalam organisasi, enggan untuk mengatakan tidak bekerja pada waktu libur
4. Meningkatnya keluhan fisik: keluhan iritasi, otot tegang, sakit perut, dan mudah sakit
5. Menarik diri dari lingkungan sosial, pengasingan diri dari pergaulan social; menjauh dari teman kerja, teman sejawat, dan anggota keluarga
6. Pengobatan diri: meningkatnya konsumsi alkohol, obat penenang, dan obat-obat pengganti lainnya
7. Perubahan internal: kelelahan emosional, hilangnya harga diri, depresi, frustrasi, dan perasaan terjebak.¹³

¹³ Jerrold S. Greenberg, comprehensive stress management, (McGrawhill: Newyork,2002), h.285

Maslach dan Leiter mengungkapkan bahwa gejala-gejala *burnout* dapat dikategorikan ke dalam tiga dimensi, yaitu:

- 1) *Exhaustion*. Merupakan dimensi *burnout* yang ditandai oleh perasaan letih berkepanjangan baik secara fisik, mental, dan emosional.
- 2) *Cynicism*. Mencerminkan adanya sikap yang sinis terhadap orang-orang yang berada dalam lingkup pekerjaan dan kecenderungan untuk menarik diri serta mengurangi keterlibatan diri dalam bekerja.
- 3) *Ineffectiveness*. Mencerminkan adanya perasaan tidak berdaya, tidak lagi mampu melakukan tugas dan menganggap tugas-tugas yang dibebankan terlalu berlebihan sehingga tidak sanggup lagi menerima tugas yang baru.¹⁴

Cherniss merinci gejala *burnout* ke dalam 27 gejala, yaitu:

- 1) Resistensi kerja yang tinggi untuk pergi kerja setiap hari,
- 2) cepat marah dan sering kesal,
- 3) terdapat perasaan gagal dalam diri,
- 4) rasa bersalah dan menyalahkan,
- 5) keengganan dan ketidakberdayaan,
- 6) negatifikasi,
- 7) isolasi dan penarikan diri,
- 8) perasaan capek dan lelah setiap hari,
- 9) sering memperhatikan jam saat bekerja,
- 10) sangat pegal setelah bekerja,
- 11) hilang perasaan positif terhadap klien,
- 12) menunda kontak dengan klien, (memutus kontak telepon dan kunjungan kantor),
- 13) menyamaratakan klien,
- 14) tidak mampu menyimak apa yang dibicarakan klien,
- 15) merasa tidak mobile,
- 16) sinisme terhadap klien dan sikap saling menyalahkan,
- 17) gangguan sulit tidur,
- 18) menghindari diskusi mengenai pekerjaan bersama dengan rekan kerja,
- 19) asyik dengan diri sendiri,
- 20) mendukung perilaku mengontrol perilaku dengan menggunakan bantuan medis (obat-obatan),
- 21) sering demam dan flu,

¹⁴ Gunarsa, Singgih D. *dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi anak*. (Jakarta: Gunung mulia, 2004), h. 368

- 22) sering sakit kepala dan gangguan pencernaan,
- 23) kaku dalam berpikir dan resisten terhadap perubahan,
- 24) rasa curiga yang berlebihan dan paranoid,
- 25) penggunaan obat-obatan yang berlebihan,
- 26) konflik perkawinan dan keluarga,
- 27) sangat sering membolos.¹⁵

c. Penyebab *Burnout*

Maslach dan Leiter mengungkapkan bahwa sumber atau penyebab terjadinya *burnout* dapat ditelusuri ke dalam lima macam bentuk ketidaksesuaian antara orang dan pekerjaannya, yaitu:

- 1) Kelebihan beban kerja. Dalam perspektif organisasi, beban kerja berarti produktivitas, sedangkan dalam perspektif individu beban kerja berarti waktu dan tenaga. Seringkali pekerjamendapatkan beban yang melebihi kapasitas kemampuannya, mereka disibukkan dengan pekerjaan yang menghabiskan sebagian besar waktu. Kondisi seperti itu menghabiskan banyak energy yang akhirnya menimbulkan kelelahan baik secara fisik dan mental.
- 2) Kurangnya kontrol. Banyaknya tugas yang harus dilakukan membuat seseorang sulit menentukan prioritas, mana tugas yang harus dilaksanakan lebih dahulu karena sering kali banyak tugas yang harus menjadi prioritas karena tingkat kepentingan yang sama tingginya atau karena tingkat urgensinya sama. Ketika seseorang tidak dapat melakukan kontrol terhadap berbagai aspek penting dalam pekerjaan, maka semakin kecil peluang untuk dapat mengidentifikasi atau mengantisipasi masalah-masalah yang akan timbul. Akibatnya orang lebih mudah mengalami *exhaustion* dan *cynicism*.
- 3) Sistem imbalan yang tidak memadai. Orang berharap tidak hanya memperoleh gaji yang memadai dari pekerjaannya namun juga pemenuhan rasa aman dan penghargaan serta peluang untuk mengembangkan karier. Sayangnya, tidak semua perusahaan mampu melakukan pemenuhan terhadap kebutuhan tersebut.. hal ini dapat melemahkan semangat untuk menyukai pekerjaan dan akhirnya membuat seseorang terbelenggu dengan hal-hal rutin yang mengakibatkan turunnya

¹⁵ Sutjipto. *Apakah Anda Mengalami Burnout?*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan.2001. h. 701

komitmen dan motivasi kerja. Hal ini menandakan *burnout* mulai menggejala.

- 4) Terganggunya sistem komunitas dalam pekerjaan. Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat dipisahkan dari komunitas dimana pun dia berada. Persaingan yang ketat dan waktu kerja yang padat menyebabkan karyawan terpisah dari sesamanya. Keterpisahan dari lingkungan sosial dapat menimbulkan suatu perasaan tidak aman bagi seseorang yang pada akhirnya dapat memicu konflik. Penyelesaian konflik acapkali menguras banyak energi dan mudah menggiring seseorang kearah *burnout*.
- 5) Hilangnya keadilan. Lingkungan kerja dipandang bersikap adil jika memiliki tiga hal, yaitu kepercayaan, keterbukaan, dan rasa hormat. Ketiga spek ini penting untuk menjaga keterlibatan seseorang terhadap pekerjaannya. Ketidakhadiran aspek-aspek tersebut secara langsung akan menimbulkan *burnout*.¹⁶

2. Dukungan Sosial

a. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial dikemukakan oleh beberapa ahli. Masing-masing ahli memberikan definisi yang berbeda namun pada intinya memiliki kesamaan pengertian. Sarafino menggambarkan dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun kelompok.¹⁷

Siegel menyatakan bahwa “*Social support is information from others that one is loved and cared for, esteemed and valued, and part of a network of communication and mutual obligation.*”¹⁸ Maksudnya dukungan sosial adalah informasi dari orang lain yang menunjukkan bahwa ia dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai,

¹⁶ Loc. cit, h. 371

¹⁷ Sarafino. (1994). *Health psychology biopsychosocial interaction*. USA : John Wiley & Sons.

¹⁸ S.E. Taylor, *Health Psychology (4th Ed.)*, (Boston: McGraw Hill, 1999), h. 222

serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama.

Hal yang sama diungkapkan oleh Cobb yang menyatakan,

*Social support is conceived to be information belonging to one or more of the following three classes: 1) Information leading the subject to believe that he is cared for and loved, 2) Information leading the subject to believe that he is esteemed and valued, 3) Information leading the subject to believe that he belongs to a network of communication and mutual obligation.*¹⁹

Pengertian tersebut menyatakan bahwa dukungan sosial dipahami sebagai informasi yang diberikan kepada seseorang atau lebih yang dibagi ke dalam tiga bentuk yaitu: 1) Informasi yang mengarahkan seseorang untuk percaya bahwa ia diperhatikan dan dicintai, 2) Informasi yang mengarahkan seseorang untuk percaya bahwa ia dihargai dan bernilai, 3) Informasi yang mengarahkan seseorang untuk percaya bahwa ia merupakan bagian dari suatu jaringan komunikasi dan kewajiban bersama.

Sears berpendapat bahwa dukungan sosial adalah adanya saling mendukung antara individu satu dengan individu yang lainnya dimana didalamnya terdapat satu orang yang memberikan bantuan untuk orang lain.²⁰

Menurut Albrech dan Adelman, dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai komunikasi verbal dan non verbal antara penerima dan penyedia yang mengurangi ketidakpastian tentang situasi

¹⁹ Sidney Cobb, "Social Support as a Moderator of Life Stress", *Psychosomatic Medicine* Vol. 38 No. 5, September-Oktober 1976, h. 300

²⁰ Eti Komalasari, "Dukungan Sosial pada Penderita Sakit Jantung di RS. Harapan Kita Jakarta", *Jurnal Psikologi*, h. 3

diri sendiri, orang lain, atau hubungan lain dan berfungsi untuk meningkatkan persepsi kontrol dari dalam pengalaman seseorang.²¹

Menurut Cobb & Wills, dukungan sosial mengarah pada rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu dari individu lain atau kelompok. Mengetahui bahwa orang lain mencintai dan mau melakukan sesuatu yang dapat mereka lakukan untuk individu merupakan inti dari dukungan sosial.²²

Dari beberapa definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki pengertian sebagai suatu bentuk perilaku seseorang yang dapat menumbuhkan perasaan nyaman dan membuat individu percaya bahwa ia dihormati, dihargai, dicintai, dan bahwa orang lain baik individu, kelompok maupun masyarakat luas bersedia memberikan perhatian dan keamanan kepada individu yang bersangkutan.

b. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial

Albert & Adelman menyatakan terdapat berbagai bentuk dukungan sosial yaitu: “1) Dukungan Instrumental, 2) Dukungan Informasional, 3) Dukungan Penimbangan, 4) Dukungan Emosional.”²³

House, dkk mengemukakan beberapa bentuk dukungan sosial, antara lain:

1) Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

²¹ Aliah B. *Hubungan dukungan sosial dan Stres Akademik pada Perilaku Sabar Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Bunda Mulia*. h. 29

²² Sarafino, E. P. *Health psychology : Biopsychological Interactions* (4rd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc.1998.

²³ Aliah B., h. 30

Dinyatakan dalam bentuk bantuan yang memberikan dorongan untuk memberikan kehangatan dan kasih sayang, memberikan perhatian, percaya terhadap individu serta pengungkapan simpati.

2) Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*)

House menyatakan bahwa, dukungan penghargaan dapat diberikan melalui penghargaan atau penilaian yang positif kepada individu, dorongan maju dan semangat atau persetujuan mengenai ide atau pendapat individu serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.

3) Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrumental Support*)

Mencakup bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman uang atau menolong dengan melakukan suatu pekerjaan guna menyelesaikan tugas-tugas individu.

4) Dukungan Informasi (*Informational Support*)

Memberikan informasi, nasehat, sugesti ataupun umpan balik mengenai apa yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.

5) Dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*)

Jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*Companionship Support*) yang merupakan suatu interaksi social yang positif

dengan orang lain, yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.²⁴

Neergaard, Shaw, dan Carter membagi dukungan sosial sebagai berikut:

- 1) *Emotional support*. Dukungan ini berkaitan dengan berbagai pengalaman hidup. Tipe dukungan emosional dapat membuat seseorang merasa dihargai apa adanya dan merasa diterima. Perilaku yang mencerminkan penghargaan, afeksi, kepercayaan, dan perhatian termasuk dalam dukungan emosional. Perempuan lebih banyak menyediakan dukungan emosional dibandingkan laki-laki.
- 2) *Companionship support*. Dukungan ini berfungsi untuk mengalihkan perhatian seseorang dari masalah yang sedang dihadapinya atau untuk membangkitkan suasana hati positif. Aktivitas seperti berkumpul dan mengobrol di waktu senggang serta berekreasi termasuk dalam kategori ini. Sumber dukungan tipe ini biasanya adalah teman dekat dan tetangga.
- 3) *Tangible (or material) support*. Dukungan ini meliputi bantuan keuangan, barang, dan semua kebutuhan konkret yang diperlukan.
- 4) *Informational support*. Bantuan berupa penyediaan informasi atau pengetahuan yang dapat membantu seseorang untuk meningkatkan efisiensi dalam menyelesaikan suatu masalah. Hal ini dapat menambah kepercayaan diri seseorang mengenai kemampuannya dalam menghadapi tantangan. Perilaku yang dapat ditampilkan berupa memberi saran, balikan, dan pengarahan.²⁵

Menurut Cobb, orang yang mendapat dukungan merasa dirinya dihargai, berarti dan merasa menjadi bagian dari

²⁴ Sarafino. (1994). *Health psychology biopsychosocial interaction*. USA : John Wiley & Sons, h.98

²⁵ Lydia Rahardjo, setiasih, dan idfi setianingrum. *Jenis dan sumber dukungan sosial pada mahasiswa*. Anima, Indonesian Psychological Journal, 2008, vol. 23, No. 3, h. 278

pemberi dukungan tersebut. Dukungan sosial dapat diklasifikasikan dalam empat kategori sebagai berikut:

- 1) Dukungan informasi, yaitu memberikan penjelasan tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi oleh individu. Dukungan ini meliputi memberikan nasehat, petunjuk, masukan, atau penjelasan bagaimana seseorang bersikap dan bertindak dalam menghadapi situasi yang dianggap membebani.
- 2) Dukungan emosional, yang meliputi ekspresi empati misalnya mendengarkan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, mau memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan emosional akan membuat si penerima merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi.
- 3) Dukungan instrumental adalah bantuan yang diberikan secara langsung, bersifat fasilitas atau materi misalnya menyediakan fasilitas yang diperlukan, meminjamkan uang, memberikan makanan, permainan, atau bantuan yang lain.
- 4) Dukungan appraisal atau penilaian, dukungan ini bisa berbentuk penilaian yang positif, penguatan (pembenaran) untuk melakukan sesuatu, umpan balik atau menunjukkan perbandingan sosial yang membuka wawasan seseorang yang sedang dalam keadaan stress.²⁶

c. Faktor-faktor terbentuknya Dukungan Sosial

Myers mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor penting yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

- 1) Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- 2) Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan.

²⁶ Sri novi rina dan tri sella marisa. *Pengaruh dukungan sosial dan stress kerja terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Bank Rakyat Indonesia Tbk. Unit Martapura*. Ekonomika vol.II, no. 1, April 2010. h.14

- 3) Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.²⁷

Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat terbentuk jika ada empati dari dalam diri seseorang untuk membantu orang lain. Selain empati, hal yang dapat membentuk dukungan sosial adalah norma/nilai sosial dan pertukaran sosial yang ada di kehidupan bermasyarakat.

Menurut Simamora, faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout* antara lain: 1) kurangnya dukungan sosial dari atasan, 2) imbalan yang diberikan tidak mencukupi atau tidak tepat; 3) pekerjaan yang berulang-ulang atau memberikan sedikit ruang gerak bagi kreativitas; 4) kondisi kerja yang tidak menyenangkan atau menekan; 5) pekerjaan yang monoton atau tidak variatif.²⁸

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriani dan Subekti bahwa ada korelasi negatif antara persepsi mengenai kondisi lingkungan kerja dan dukungan sosial dengan tingkat *burnout* yang artinya semakin buruk persepsi mengenai kondisi lingkungan kerja dan

²⁷ Eti Komalasari, "Dukungan Sosial pada Penderita Sakit Jantung di RS. Harapan Kita Jakarta", Jurnal Psikologi, h. 3

²⁸ ulfiani rahman. *mengenl burnout pada guru*. Lentera pendidikan, edisi X, no.2, desember 2007 (216-227). h.220

semakin sedikit dukungan sosial yang diperoleh individu maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialaminya.²⁹

Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Rita Andarika menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan tingkat *burnout* pada perawat puteri. Semakin tinggi dukungan sosialnya semakin rendah tingkat *burnout*-nya.³⁰

Penelitian Zabel dan Zabel menyimpulkan bahwa guru-guru yang menerima dukungan dari atasan, teman-teman, dan keluarganya, cenderung mengalami tingkat *burnout* yang lebih rendah, dibandingkan guru-guru yang tidak mendapatkan dukungan sosial.³¹

Penelitian yang dilakukan oleh Toifur terhadap guru sekolah dasar di Kabupaten Cilacap juga menyimpulkan bahawa terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout*. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialaminya, dan semakin rendah tingkat dukungan sosial, maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialaminya.³²

Demikian pula dengan hasil penelitian yang dilakukan farhati dan rosyid yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang baik serta

²⁹ Siska Adinda Prabowo Putri. *Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Balai Besar Wilayah Sungai Pemali Juana Semarang*. Majalah Ilmiah INFORMATiKA Vol. 2 No.1 Januari 2011, h.105

³⁰ Op.cit. h.224

³¹ Toifur dan Johana. *Hubungan antara status sosial ekonomi, orientasi religius, dan dukungan sosial dengan burnout pada guru sekolah dasar di Kabupaten Cilacap*. Jurnal Sosiohumanika Vol. 16A, No. 2, Mei 2003. h. 523

³² Ibid, h.256

karakteristik pekerjaan yang jelas memberikan kontribusi positif dalam menurunkan tingkat *burnout*.³³

Dari beberapa hasil penelitian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout*.

B. Kerangka Berfikir

Burnout merupakan perasaan tidak berdaya, tidak memiliki harapan, yang disebabkan oleh stress akibat pekerjaan yang terlalu berat. Dengan kata lain, suatu bentuk reaksi stress kerja yang spesifik pada orang-orang yang bekerja dalam bidang pelayanan sosial, sebagai hasil dari tuntutan emosional dalam hubungan antara karyawan dan orang-orang yang harus dilayani.

Burnout ditandai dengan perasaan letih berkepanjangan baik secara fisik, mental, dan emosional. Sinis terhadap orang-orang yang berada dalam lingkup pekerjaan dan kecenderungan untuk menarik diri serta mengurangi keterlibatan diri dalam bekerja menjadi salah satu gejala *burnout*. Selain itu, adanya perasaan tidak berdaya, tidak lagi mampu melakukan tugas dan menganggap tugas-tugas yang dibebankan terlalu berlebihan sehingga tidak sanggup lagi menerima tugas yang baru.

Salah satu faktor seseorang mengalami *burnout* adalah kurangnya dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya. Dukungan sosial adalah adanya saling mendukung antara individu satu dengan individu yang

³³ Loc.cit

lainnya dimana didalamnya terdapat satu orang yang memberikan bantuan untuk orang lain.

Dengan adanya dukungan sosial maka seseorang akan terlindungi dari situasi yang dapat menimbulkan *burnout*. Dukungan sosial akan mengembangkan perlawanan yang berguna untuk menghadapi *burnout*. Simamora menyatakan bahwa, salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* adalah kurangnya dukungan sosial. Rita Andarika menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan tingkat *burnout*. Semakin tinggi dukungan sosialnya semakin rendah tingkat *burnout*-nya.

C. Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah: “Terdapat Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Burnout* (Kejenuhan Kerja) Pada Mahasiswa yang Bekerja.”

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta yang berada di Jakarta Timur. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2012. Pemilihan waktu didasarkan atas pertimbangan bahwa pada bulan tersebut penelitian akan berjalan lancar dan tidak terhambat baik oleh aktifitas lain yang dilakukan peneliti maupun kondisi mahasiswa yang akan di jadikan objek penelitian.

C. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif kategori survey dengan jenis penelitian korelasional. Tujuan penelitian korelasional adalah untuk mencari hubungan antara variabel-variabel yang diteliti yaitu dukungan sosial (variabel bebas) dan *burnout* (variabel terikat).

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan individu yang menjadi sumber data penelitian. Populasi menurut Sugiyono adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴⁶

Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Populasi terjangkau merupakan seluruh mahasiswa alih program Jurusan Akuntansi di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta yang berjumlah 63 orang.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Penentuan sampel yang berkenaan dengan teknik pengambilan sampel, besarnya sampel, keabsahan sampel menaksir sifat dan karakteristik dari populasi harus dilakukan berdasarkan pertimbangan tertentu.⁴⁷

Apa yang dipelajari dari sampel, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Untuk itu pengambilan sampel penelitian harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya atau representatif.⁴⁸

⁴⁶ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung: ALFABETA, 2011), hlm.61

⁴⁷ Hadel, *Metode Penelitian Kependidikan*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2006), hlm.69

⁴⁸ Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002, edisi V), hlm. 109

Teknik pengambilan sampel untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil, peneliti menggunakan teknik penarikan sampel acak sederhana (*Simple random sampling*) karena peneliti menganggap bahwa sampel penelitian memiliki karakteristik yang sama atau homogen.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini diambil berdasarkan tabel *Isaac* dan *Michael*. Dalam penelitian ini, peneliti menentukan besarnya sampel yang diperlukan pada taraf kepercayaan 95% atau atas kesalahan 5%. Dengan mengacu pada jumlah populasi di atas dan berdasarkan tabel *Isaac* dan *Michael*, maka diperoleh sampel sebanyak 51 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data / Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua data yang akan dikumpulkan yaitu data dukungan sosial dan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik kuesioner. Teknik kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab guna memperoleh informasi dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.⁴⁹

1. *Burnout* (Variable Y)

a. Definisi Konseptual

Burnout merupakan sindrom psikologis yang diakibatkan tekanan dari lingkungan pekerjaan yang tidak mendukung serta

⁴⁹ Suharsimi, *op.cit*, hlm. 128

idealisme yang tidak sesuai dengan kenyataan yang berlangsung dari waktu ke waktu

b. Definisi Operasional

Burnout merupakan sindrom psikologis yang diakibatkan tekanan dari lingkungan pekerjaan yang tidak mendukung. *Burnout* diukur dengan menggunakan instrumen dalam bentuk kuesioner yang mencerminkan indikator dari *burnout* yaitu kelelahan emosional dengan sub indikator frustrasi, tidak berdaya, sedih, tertekan, mudah tersinggung, mudah marah dan depersonalisasi dengan sub indikator bersikap sinis, perasaan hampa, tidak peduli, dan berpendapat negatif.

c. Kisi-Kisi Instrumen

Instrumen penelitian ini disusun berdasarkan dua dimensi *burnout* yaitu: kelelahan emosional dan depersonalisasi.

Tabel III.1
Kisi-Kisi Instrumen *Burnout*

Indikator	Sub-Indikator	Item Uji Coba		Item Final	
		(+)	(-)	(+)	(-)
Kelelahan emosional	Frustasi	1, 11	19*	1, 11	
	Tidak berdaya	2, 12, 20*, 27, 32, 36, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47	46*	2, 12, 27, 32, 36, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47	
	Sedih	3		3	
	Tertekan	4, 13*, 28, 33, 37	21*	4, 28, 33, 37	
	Mudah tersinggung	5, 14, 24		5, 14, 24	
	Mudah marah	6		6	
Depersonalisasi	Bersikap sinis	7, 15, 23, 29, 34		7, 15, 23, 29, 34	
	Perasaan hampa	8, 16, 24, 30		8, 16, 24, 30	
	Tidak peduli	9, 17*, 25, 31, 35, 40	38*	9, 25, 31, 35, 40	
	Berpendapat negatif	10, 18*, 26		10, 26	

*) butir pernyataan yang drop

d. Penskoran Item

Skala yang digunakan untuk variabel *burnout* adalah skala Likert.

Skala Likert dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena pendidikan.⁵⁰

Skala ini merupakan pernyataan positif dan negatif mengenai suatu objek yang dibuat dengan rentang 1-5. Setiap butir pernyataan *burnout* diberi pernyataan Tidak Pernah (TP), Jarang (JR), Kadang-kadang (KD), Sering (SR), Selalu (SL). Setiap jawaban yang diberikan melalui instrumen tersebut diberi skor sesuai dengan tabel berikut:

Tabel III.2

Daftar Skor Instrumen *Burnout*

No	Kategori Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan Negatif
1	Selalu	5	1
2	Sering	4	2
3	Kadang-kadang	3	3
4	Jarang	2	4
5	Tidak Pernah	1	5

⁵⁰ Djaali, Pudji Muljono, Pengukurang dalam Bidang Pendidikan, (Jakarta: PT. Grasindo, 2008), h.28

e. Uji coba Instrumen

1) Pengujian Validitas

Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur itu dapat mengukur apa yang ingin diukur. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid.

Untuk menguji validitas butir instrumen, instrumen terlebih dahulu dikonsultasikan pada ahlinya atau seseorang yang lebih mengerti mengenai instrumen (*expert judgment*), maka selanjutnya diujicobakan, dan dianalisis dengan analisis butir. Analisis butir dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor butir instrumen dengan skor total.

2) Pengujian Reliabilitas

Reliabilitas tes adalah seberapa besar derajat tes mengukur secara konsisten sasaran yang diukur. Koefisien reliabilitas yang dimiliki alat ukur menunjukkan sejauh mana keterpercayaan, konsistensi hasil pengukuran apabila dilakukan pengukuran ulang pada sekelompok subjek yang sama.

Oleh karena itu untuk melihat apakah data yang dihasilkan dari suatu alat ukur dapat dipercaya atau tidak salah satunya dapat dilakukan dengan cara melihat besarnya koefisien reliabilitas alat ukur tersebut. Adapun rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah dengan menggunakan rumus *alpha cronchbach*.⁵¹

⁵¹ Suharsimi arikunto, *loc. cit.*

Rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum ab^2}{at^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pernyataan

$\sum ab^2$ = Jumlah varians butir

at^2 = Varians total

Setelah data diolah dengan *alpha cronchbach* kemudian hasil tersebut disesuaikan dengan kaidah reliabilitas Guilford. Reliabilitas dinyatakan koefisien reliabilitas yang angkanya antar 0 sampai 1.00. Tingkat reliabilitas suatu instrumen dapat mengacu pada kaidah reliabilitas Guillford berikut ini:

Tabel III. 3

Kaidah Reliabilitas Guillford

Kriteria	Koefisian reliabilitas
Sangat reliable	≥ 0.9
Reliabel	0.7 – 0.9
Cukup reliable	0.4 – 0.7
Kurang reliable	0.2 – 0.4
Tidak reliable	< 0.2

2. Dukungan Sosial (Variabel X)

a. Definisi Konseptual

Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial, yaitu keluarga, rekan kerja dan teman dekat.

b. Definisi Operasional

Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial. Dukungan sosial diukur dengan menggunakan instrumen dalam bentuk kuesioner yang mencerminkan indikator dukungan sosial yaitu dukungan emosional dengan sub indikator penghargaan, kepercayaan, dan perhatian. Dukungan instrumental dengan sub indikator bantuan, uang, dan makanan. Dukungan informasi dengan sub indikator nasihat, petunjuk, dan saran.

c. Kisi-Kisi Instrumen

Kisi-kisi instrumen yang disajikan pada bagian ini merupakan kisi-kisi instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial dan juga untuk memberikan gambaran seberapa jauh instrumen ini mencerminkan sub-indikator variabel dukungan sosial.

Tabel III.4
Kisi-Kisi Instrumen Dukungan Sosial

Indikator	Sub-Indikator	Item Uji Coba		Item Final	
		(+)	(-)	(+)	(-)
Dukungan emosional	Memberikan Penghargaan	1, 10, 19*, 26	31, 35	1, 10, 26	31, 35
	Memberikan Kepercayaan	2, 11	20	2, 11	20
	Memberikan Perhatian	3*, 12*, 21, 27*, 32	36	21, 32	36
Dukungan Instrumental	Bantuan	4, 13, 22	28	4, 13, 22	28
	Uang	5	14	5	14
	Makanan	6, 15*, 23		6, 23	
Dukungan Informasi	Memberikan Nasihat	7*, 16, 24, 29, 33*, 37	39	16, 24, 29, 37	39
	Memberikan petunjuk	8*	17		17
	Memberi Saran	9, 18*, 25*, 30*, 34, 38	40, 41	9, 34, 38	40, 41

*) butir pernyataan yang drop

d. Penskoran Item

Skala yang digunakan adalah skala Likert. Skala Likert dipergunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu gejala atau fenomena pendidikan.⁵²

Skala ini merupakan pernyataan positif dan negatif mengenai suatu objek yang dibuat dengan rentang 1-5. Setiap butir pernyataan *burnout* diberi pernyataan Tidak Pernah (TP), Jarang (JR), Kadang-kadang (KD), Sering (SR), Selalu (SL). Setiap jawaban yang diberikan melalui instrumen tersebut diberi skor sesuai dengan tabel berikut:

Tabel III.5
Daftar Skor Instrumen Dukungan Sosial

No	Kategori Jawaban	Pernyataan Positif	Pernyataan Negatif
1	Selalu	5	1
2	Sering	4	2
3	Kadang-kadang	3	3
4	Jarang	2	4
5	Tidak Pernah	1	5

⁵² Djaali, Pudji Muljono, Pengukurang dalam Bidang Pendidikan, (Jakarta: PT. Grasindo, 2008), hlm.28

e. Uji coba Instrumen

1) Pengujian Validitas

Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur itu dapat mengukur apa yang ingin diukur. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid.

Untuk menguji validitas butir instrumen, instrumen terlebih dahulu dikonsultasikan pada ahlinya atau seseorang yang lebih mengerti mengenai instrumen (*expert judgment*), maka selanjutnya diujicobakan, dan dianalisis dengan analisis butir. Analisis butir dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor butir instrumen dengan skor total.

2) Pengujian Reliabilitas

Reliabilitas tes adalah seberapa besar derajat tes mengukur secara konsisten sasaran yang diukur. Koefisien reliabilitas yang dimiliki alat ukur menunjukkan sejauh mana keterpercayaan, konsistensi hasil pengukuran apabila dilakukan pengukuran ulang pada sekelompok subjek yang sama.

Oleh karena itu untuk melihat apakah data yang dihasilkan dari suatu alat ukur dapat dipercaya atau tidak salah satunya dapat dilakukan dengan cara melihat besarnya koefisien reliabilitas alat ukur tersebut. Adapun rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah dengan menggunakan rumus *alpha cronchbach*.⁵³

⁵³ Suharsimi, *op. cit.*, hlm.171

Rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum ab^2}{at^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pernyataan

$\sum ab^2$ = Jumlah varians butir

at^2 = Varians total

Setelah data diolah dengan *alpha cronchbach* kemudian hasil tersebut disesuaikan dengan kaidah reliabilitas Guilford. Reliabilitas dinyatakan koefisien reliabilitas yang angkanya antar 0 sampai 1.00. Tingkat reliabilitas suatu instrumen dapat mengacu pada kaidah reliabilitas Guilford berikut ini:

Tabel III. 6

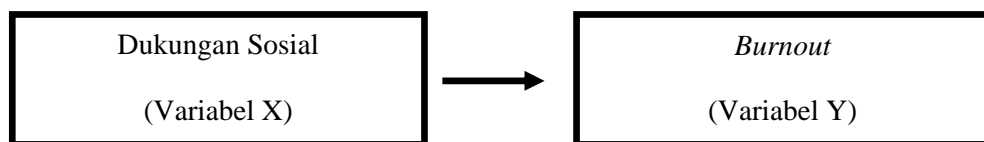
Kaidah Reliabilitas Guilford

Kriteria	Koefisian reliabilitas
Sangat reliable	≥ 0.9
Reliabel	0.7 – 0.9
Cukup reliable	0.4 – 0.7
Kurang reliable	0.2 – 0.4
Tidak reliable	< 0.2

F. Konstelasi Hubungan Antar Variabel

Variabel ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas (dukungan sosial) yang digambarkan dengan simbol X, dan variabel terikat (*burnout*) yang disimbolkan dengan Y.

Sesuai dengan yang diajukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara variabel X dan variabel Y, maka konstelasi hubungan antara variabel X dan Y sebagai berikut:



Gambar III.1

Arah Hubungan Variabel X dan Variabel Y

Keterangan :

X = Variabel bebas (Dukungan Sosial)

Y = Variabel terikat (*Burnout*)

→ = arah hubungan

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan untuk mengajukan hipotesis dilakukan dengan regresi dan korelasi, melalui langkah pengujian yang ditempuh adalah sebagai berikut:

1. Mencari Persamaan Regresi

Konstanta a dan koefisien regresi b dapat dihitung dengan rumus⁵⁴:

$$\hat{Y} = a + bX$$

Dimana:

Koefisien a dan b dapat dicari dengan rumus sebagai berikut:

$$a = \frac{(\sum Y)(\sum X^2) - (\sum X)(\sum XY)}{n(\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

$$b = \frac{n(\sum XY) - (\sum Y)(\sum X)}{n(\sum X^2) - (\sum X)^2}$$

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah galat taksiran regresi Y atas X ($Y - \hat{Y}$) berdistribusi normal atau tidak. Pengujian dilakukan terhadap galat taksiran regresi Y dan X dengan menggunakan Lilliefors pada taraf signifikan $(\alpha) = 0,05$. Rumus yang digunakan adalah:

⁵⁴ *Ibid.*, hlm. 145

$$L_o(L_{hitung}) = |F(Z_i) - S(Z_i)|$$

Keterangan:

$F(Z_i)$ = peluang baku

$S(Z_i)$ = Proporsi angka baku

L_o = L observasi (harga mutlak terbesar)

Untuk menerima atau menolak hipotesis 0 (nol), kita bandingkan L_o ini dengan nilai kritis L_{tabel} yang diambil dari tabel distribusi F dengan taraf signifikansi $(\alpha) = 0,05$.

Hipotesis statistik:

H_o = galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal

H_a = galat taksiran regresi Y atas X tidak berdistribusi normal

Jika $L_{tabel} > L_{hitung}$, maka H_o diterima, berarti galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas Regresi

Uji linearitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah persamaan regresi tersebut merupakan bentuk linear atau non linear.

Hipotesis statistik:

H_o : Regresi Linear

H_a : Regresi Non-Linear

Kriteria pengujian:

Ho diterima jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, dan Ho ditolak jika $F_{hitung} > F_{tabel}$.

Regresi dinyatakan linear jika Ho diterima. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan tabel ANAVA untuk uji keberartian dan linearitas regresi⁵⁵.

Tabel III. 7

Tabel ANAVA

Sumber Variasi	dk	JK	KT	F
Total	n	$\sum Y^2$	$\sum Y^2$	
Regresi(a)	1	$\frac{(\sum Y)^2}{n}$	JK(a)	$\frac{RJK(b a)}{RJK S}$
Regresi (b a)	1	$b \cdot \left(\sum xy - \frac{\sum x \cdot \sum y}{n} \right)$	JK(b a)	
Residu	n-2	JK(S)	$\frac{JK(S)}{n-2}$	
Tuna Cocok	k-2	JK(TC)	$\frac{JK(TC)}{k-2}$	$\frac{RJK(TC)}{RJK G}$
Galat	n-k	JK(G)	$\frac{JK(G)}{n-k}$	

Keterangan:

JK (T) = Jumlah kuadrat total

JK (a) = Jumlah kuadrat koefisien a

⁵⁵ Sugiyono, *op.cit.*, hlm. 266

JK (b|a) = Jumlah kuadrat regresi (b|a)

JK (S) = Jumlah kuadrat sisa

JK (TC) = Jumlah kuadrat tuna cocok

JK (G) = Jumlah kuadrat galat

c. Uji Keberartian Regresi

Uji keberartian regresi dilakukan untuk mengetahui apakah persamaan regresi yang diperoleh berarti atau tidak (signifikan). Uji keberartian dihitung dengan rumus:

$$F_{hitung} = \frac{JK(b|a)}{JK(S)}$$

Hipotesis statistik:

Ho : $\beta = 0$ (Koefisien arah regresi tidak berarti)

Ha : $\beta \neq 0$ (koefisien berarti)

Kriteria pengujian:

Ho ditolak jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka regresi dinyatakan berarti.

Ho diterima jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, regresi tidak berarti.

3. Uji Hipotesis Penelitian

a. Uji Koefisien Korelasi

Analisis korelasi berguna untuk menentukan suatu besaran yang menyatakan kuatnya suatu variabel dengan variabel lain. Adapun uji koefisien korelasi menggunakan *product moment* dari Pearson dengan rumus sebagai berikut⁵⁶:

⁵⁶ Moh. Haryadi, *Statistik Pendidikan*, (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2009), hlm. 136

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Hipotesis statistik:

Ho : $r = 0$; tidak ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Ha : $r \neq 0$; ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Kriteria pengujian:

Jika $r_{hitung} >$ dari r_{tabel} maka Ho ditolak dan Ha diterima, artinya terdapat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

b. Uji Keberartian Koefisien Korelasi (Uji-T)

Untuk mengetahui signifikansi koefisien korelasi yaitu dengan digunakan uji-t dengan rumus:⁵⁷

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

keterangan:

t = skor signifikansi koefisien korelasi

r = koefisien korelasi product moment

n = banyaknya data (sampel)

hipotesis statistik:

Ho : $r = 0$

Ha : $r \neq 0$

⁵⁷ Sugiyono, *op. cit.*, hlm. 230

Kriteria pengujian:

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak, data dinyatakan signifikan. Jadi antara variabel X dan Y terdapat hubungan yang signifikan.

c. Mencari Koefisien Determinasi

Untuk mengetahui besarnya variasi Y ditentukan oleh X digunakan rumus koefisien determinasi sebagai berikut⁵⁸:

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD = Koefisien determinasi

r^2 = koefisien korelasi *product moment*

⁵⁸ Riduan, *op.cit.*, hlm. 136

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Deskripsi data hasil penelitian dimaksudkan untuk memberikan gambaran umum mengenai hasil pengolahan data yang didapat dari dua variabel dalam penelitian ini. Skor yang akan disajikan adalah skor yang diolah dari data mentah dengan menggunakan statistik deskriptif yaitu skor rata-rata dan simpangan baku atau standar deviasi. Berdasarkan jumlah variabel dan merujuk pada masalah penelitian, maka deskripsi data dapat dikelompokkan menjadi dua bagian sesuai dengan jumlah variabel penelitian. Kedua bagian tersebut adalah dukungan sosial sebagai variabel independen dan *burnout* sebagai variabel dependen. Hasil perhitungan statistik deskriptif masing-masing variabel secara lengkap dapat diuraikan sebagai berikut:

1. *Burnout* (Variabel Y)

Data *burnout* diperoleh melalui instrumen penelitian yang berupa kuesioner model skala likert sebanyak 39 pernyataan yang diisi oleh 51 mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.

Berdasarkan data yang terkumpul, diperoleh skor terendah 44 dan skor tertinggi adalah 135, jumlah skor adalah 4434, sehingga rata-rata skor *burnout* 86.94, varians (S^2) sebesar 708.53 dan standar deviasi (S)

sebesar 26.61 (proses perhitungan terdapat pada lampiran 20, halaman 97). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel IV. 1
Distribusi Data Variabel *Burnout* (Y)

N	51
Jumlah Skor	4434
Skor Minimum	44
Skor Maksimum	135
Rata-rata	86,94
Varians (S^2)	708,53
Standar Deviasi	26,61

Sumber: data yang diolah tahun 2012

Distribusi data variabel *burnout* menyebar antara 44-135, dimana banyak kelas adalah 7 dengan panjang interval 14. Dibawah ini dapat dilihat distribusi frekuensi data dari variabel *burnout* (proses perhitungan dapat dilihat pada lampiran 20, halaman 97)

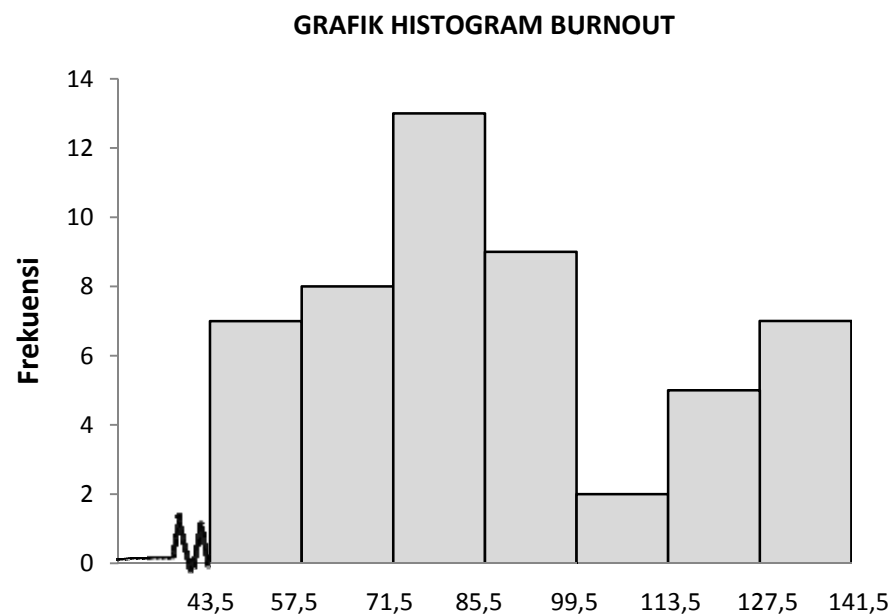
Tabel IV. 2
Distribusi Frekuensi Variabel *Burnout* (Y)

Skor	Titik Tengah	batas bawah	batas atas	Frekuensi	frekuensi relatif
44 – 57	50,5	43,5	57,5	7	13,7%
58 – 71	64,5	57,5	71,5	8	15,7%
72 – 85	78,5	71,5	85,5	13	25,5%
86 – 99	92,5	85,5	99,5	9	17,7%
100 – 113	106,5	99,5	113,5	2	3,9%
114 – 127	120,5	113,5	127,5	5	9,8%
128 – 141	134,5	127,5	141,5	7	13,7%
Σ				51	100%

Sumber: data yang diolah tahun 2012

Berdasarkan tabel IV.2 dapat dilihat bahwa frekuensi kelas tertinggi variabel *burnout* yaitu terletak pada interval kelas ketiga yaitu antara 72-85 dengan frekuensi relatif sebesar 25,5%. Kelas terendah variabel *burnout* yaitu pada interval kelas kelima yaitu antara 100-113 dengan frekuensi relatif 3,9%.

Untuk mempermudah penafsiran distribusi frekuensi dari tabel diatas berikut ini disajikan grafik sebagai berikut:



Gambar IV. 1
Grafik Histogram Variabel *Burnout* (Y)

Dari grafik histogram di atas, dapat dilihat bahwa tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa yang bekerja berada pada tingkat sedang cenderung rendah, artinya *burnout* yang dialami mahasiswa tidak tinggi tetapi juga tidak terlalu rendah.

Berdasarkan data yang diperoleh didapat persentase rata-rata hitung skor *burnout* (proses perhitungan dapat dilihat pada lampiran 35 halaman 117)

Tabel IV. 3
Persentase Sebaran Indikator *Burnout*

No.	Indikator	Persentase
1	Frustasi	10
2	Tidak berdaya	10,6
3	Merasa sedih	11,8
4	Merasa tertekan	10,5
5	Mudah tersinggung	9,9
6	Mudah marah	9,5
7	Bersikap sinis	8,3
8	Perasaan hampa	8,9
9	Tidak peduli	9,3
10	Berpendapat negatif	11,2
Total		100%

Sumber: data yang diolah tahun 2012

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa gejala *burnout* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang bekerja adalah perasaan sedih yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 11,8%. Perasaan sedih yang dialami mahasiswa yang bekerja ketika tidak ada rekan kerja yang membantunya pada saat mendapat pekerjaan yang menumpuk menjadi salah satu gejala *burnout* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang bekerja. Sedangkan gejala *burnout* berupa bersikap

sinis terhadap orang lain tidak banyak dialami oleh mahasiswa, hanya 8,3% mahasiswa yang mengalami hal tersebut.

2. Dukungan sosial (Variabel X)

Data dukungan sosial diperoleh melalui instrumen penelitian yang berupa kuesioner model skala likert sebanyak 30 pernyataan yang diisi oleh 51 mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Berdasarkan data yang terkumpul, diperoleh skor terendah 82 dan skor tertinggi adalah 150, jumlah skor adalah 5800, sehingga rata-rata skor dukungan sosial 113.72, varians (S^2) sebesar 195.76 dan standar deviasi (S) sebesar 13.99 (proses perhitungan terdapat pada lampiran 18, halaman 95).

Tabel IV. 4

Distribusi Data Variabel Dukungan sosial (X)

N	51
Jumlah Skor	5800
Skor Minimum	82
Skor Maksimum	150
Rata-rata	113,72
Varians (S^2)	195,76
Standar Deviasi	13,99

Sumber: data yang diolah tahun 2012

Distribusi data variabel dukungan sosial menyebar antara 82-150, dimana banyak kelas adalah 7 dengan panjang interval 10 . Dibawah ini dapat dilihat distribusi frekuensi data dari variabel dukungan sosial (proses perhitungan dapat dilihat pada lampiran 18, halaman 95)

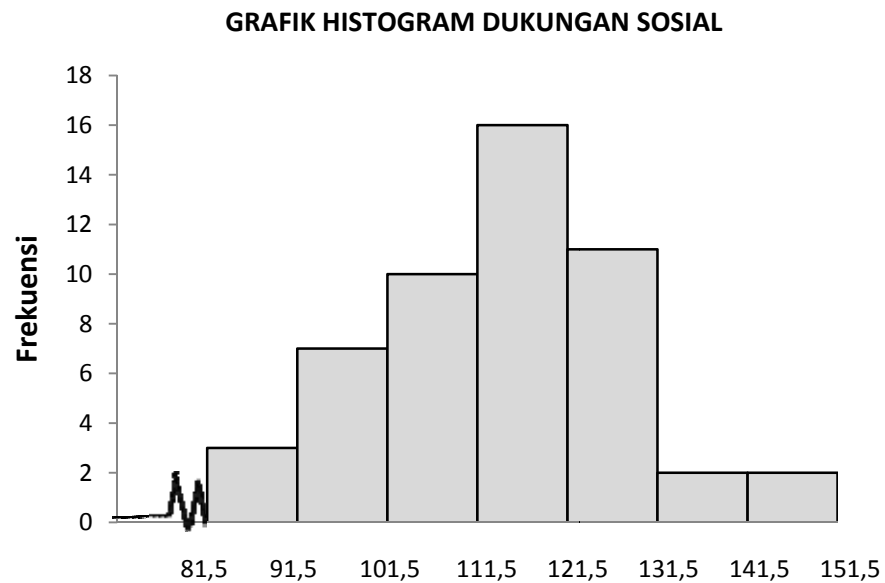
Tabel IV. 5
Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan sosial (X)

Skor	Titik Tengah	batas bawah	batas atas	Frekuensi	frekuensi relatif
82 – 91	86,5	81,5	91,5	3	5,9%
92 – 101	96,5	91,5	101,5	7	13,7%
102 – 111	106,5	101,5	111,5	10	19,6%
112 – 121	116,5	111,5	121,5	16	31,4%
122 – 131	126,5	121,5	131,5	11	21,6%
132 – 141	136,5	131,5	141,5	2	3,9%
142 – 151	146,5	141,5	151,5	2	3,9%
Σ				51	100%

Sumber: data yang diolah tahun 2012

Berdasarkan tabel IV.5 dapat dilihat bahwa frekuensi kelas tertinggi variabel dukungan sosial yaitu terletak pada interval kelas keempat yaitu antara 112-121 dengan frekuensi relatif sebesar 31,4%. Kelas terendah variabel dukungan sosial yaitu pada interval kelas keenam dan ketujuh yaitu antara 132-141 dan 142-151 dengan frekuensi relatif 3,9%.

Untuk mempermudah penafsiran distribusi frekuensi dari tabel diatas berikut ini disajikan grafik sebagai berikut:



Gambar. IV.2

Grafik Histogram Variabel Dukungan sosial (X)

Dari grafik histogram di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang diterima mahasiswa berada pada tingkat sedang. Artinya dukungan sosial yang diterima tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah.

Berdasarkan data yang diperoleh, didapat persentase rata-rata hitung skor dukungan sosial (proses perhitungan dapat dilihat pada lampiran 34 halaman 116).

Tabel IV. 6
Persentase Sebaran Indikator Dukungan Sosial

No.	Sub Indikator	Persentase
1	Penghargaan	11,4
2	Kepercayaan	11,9
3	Perhatian	11,4
4	Bantuan	11,4
5	Uang	10,3
6	Makanan	10,6
7	Nasihat	11
8	Petunjuk	10,9
9	Saran	11,1
Total		100%

Sumber: data yang diolah tahun 2012

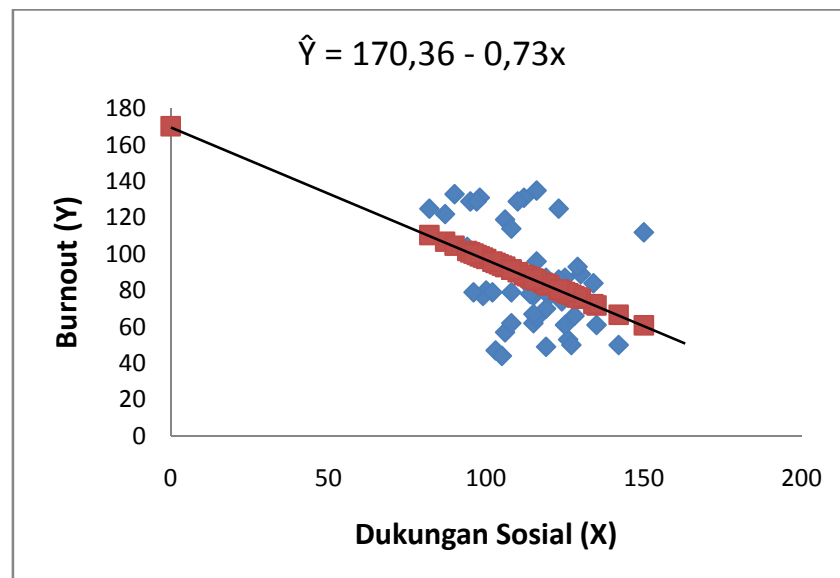
Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang paling besar diterima oleh mahasiswa yang bekerja adalah kepercayaan yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 11,9%. Dengan kepercayaan yang diberikan oleh atasan dan rekan kerja dalam menyelesaikan suatu pekerjaan kepada mahasiswa yang bekerja, maka dapat memberikan kepercayaan diri yang lebih kepada mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pekerjaannya semaksimal mungkin.

B. Analisis Data

1. Persamaan Garis Regresi

Analisis regresi linear sederhana terhadap pasangan data penelitian antara dukungan sosial dan *burnout* menghasilkan koefisien arah regresi sebesar -0,73 dan menghasilkan konstanta sebesar 170,36.

Dengan demikian bentuk hubungan antara dukungan sosial dan *burnout* memiliki persamaan regresi $\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$. Persamaan garis regresi $\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$ dapat dilukiskan pada grafik berikut ini:



Gambar IV. 3
Persamaan Garis Regresi $\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$

Selanjutnya persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu skor dukungan sosial (X) akan mengakibatkan penurunan *burnout* (Y) sebesar 0,73 pada konstanta 170,36 (proses perhitungan terdapat di lampiran 23, halaman 101)

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah galat taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas galat taksiran regresi Y atas X dilakukan dengan uji liliefors pada taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$). Untuk sampel sebanyak 51 mahasiswa dengan kriteria pengujian berdistribusi normal apabila $L_{hitung} < L_{tabel}$ dan jika sebaliknya, maka galat taksiran regresi Y atas X tidak berdistribusi normal.

Hasil perhitungan Uji Liliefors menyimpulkan bahwa taksiran regresi Y atas X berdistribusi normal. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil perhitungan $L_{hitung} = 0,0809$ pada taraf signifikansi 0,05 dengan jumlah sampel 51, sedangkan $L_{tabel} = 0,1241$.

Ini berarti bahwa $L_{hitung} < L_{tabel}$ dan data berdistribusi normal dan penelitian dapat dilanjutkan pada pengujian hipotesis (perhitungan terdapat pada lampiran 25, halaman 104)

Tabel IV. 7

Hasil Uji Normalitas Galat Taksiran

No	Galat Taksiran	L_{hitung}	L_{tabel}	Keputusan	keterangan
1	<i>Burnout</i> atas dukungan sosial	0,0809	0,1241	Terima H_0	Normal

b. Uji Linearitas dan Keberartian Regresi

Berikut ini dilakukan uji linearitas dan keberartian regresi dukungan sosial dengan *burnout* yang hasil perhitungannya disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel IV. 8
Anava Untuk Keberartian dan Linearitas Regresi
 Dukungan sosial dengan *Burnout*

$$\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$$

Sumber Variasi	Derajat Kebebasan	Jumlah Kuadrat	Rata-rata Jumlah Kuadrat	F _{hitung}	F _{tabel}
regresi a	1	385497	385497,18		
regresi a b	1	5241,27	5241,2712		
residu	49	30185,6	616,03168	8,51	4,04
Tuna Cocok	35	20971,7	599,19207		
Kekeliruan (e)	14	9213,83	658,13071	0,91	2,01

Keterangan: *) Persamaan regresi berarti karena $F_{hitung} (8,51) > F_{tabel} (4,04)$

**) Persamaan regresi linear karena $F_{hitung} (0,91) < F_{tabel} (2,01)$

Hasil perhitungan seperti ditunjukkan pada Tabel IV.6 diatas menyimpulkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* adalah signifikan dan linear (proses perhitungan terdapat pada lampiran 29 dan 30, halaman 111 dan 112).

3. Pengujian Hipotesis Penelitian

a. Koefisien Korelasi

Hasil perhitungan koefisien korelasi antara variabel dukungan sosial dengan *burnout* diperoleh koefisien korelasi (r_{hitung}) sebesar -0,39 (proses perhitungan lihat lampiran 31 halaman 113). Untuk uji signifikansi koefisien korelasi disajikan pada tabel berikut:

Tabel IV. 9
Pengujian Signifikansi Koefisien Korelasi Antara
Dukungan Sosial (Variabel X) dan *Burnout* (Variabel Y)

Korelasi antara	Koefisien Korelasi	t_{hitung}	t_{tabel}
Dukungan Sosial dan <i>Burnout</i>	-0,39	-2,9251	-1,671

Berdasarkan pengujian signifikansi korelasi antara pasangan data variabel dukungan sosial dan *burnout* sebagaimana terlihat dalam tabel IV.9 diatas, diperoleh $t_{hitung} = -2,9251 > t_{tabel} = -1,671$ (proses perhitungan lihat lampiran 32, halaman 114), maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout*.

b. Koefisien Determinasi

Analisis koefisien determinasi digunakan untuk mengukur seberapa besar sumbangan variabel X terhadap variabel Y. Koefisien

determinasi $r_{xy}^2 = (-0,39)^2 \times 100\% = 14,87\%$. Hal ini berarti *burnout* yang dialami mahasiswa yang bekerja 14,87% dipengaruhi oleh dukungan sosial, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

C. Interpretasi Penelitian

Dari hasil pengujian hipotesis diperoleh data yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Koefisien korelasi yang diperoleh yaitu sebesar -0,39%. Uji koefisien determinasi sebesar 14,87% menunjukkan bahwa tingkat kejenuhan kerja (*burnout*) 14,87% dipengaruhi oleh dukungan sosial.

Dari pengujian hipotesis tersebut hubungan yang ditunjukkan antara dukungan sosial dan *burnout* bersifat berlawanan arah, artinya terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *burnout*. Dengan kata lain, semakin tinggi dukungan sosial pada mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan mengalami *burnout*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial pada mahasiswa maka semakin tinggi kecenderungan mengalami *burnout*.

Dari hasil deskripsi data, gejala *burnout* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang bekerja adalah perasaan sedih yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 11,8%. Perasaan sedih yang dialami mahasiswa yang bekerja ketika tidak ada rekan kerja yang membantunya pada saat mendapat

pekerjaan yang menumpuk menjadi salah satu gejala *burnout* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang bekerja. Sedangkan dukungan sosial yang paling besar diterima oleh mahasiswa yang bekerja adalah kepercayaan yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 11,9%. Dengan kepercayaan yang diberikan oleh atasan dan rekan kerja dalam menyelesaikan suatu pekerjaan kepada mahasiswa yang bekerja, maka dapat memberikan kepercayaan diri yang lebih kepada mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pekerjaannya semaksimal mungkin.

Selaras dengan hal di atas, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Andriani dan Subekti bahwa ada korelasi negatif antara persepsi mengenai kondisi lingkungan kerja dan dukungan sosial dengan tingkat *burnout* yang artinya semakin buruk persepsi mengenai kondisi lingkungan kerja dan semakin sedikit dukungan sosial yang diperoleh individu maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialaminya.⁶² Hubungan yang didapat dari dukungan sosial dengan *burnout* diperoleh hasil penelitian yang sama yaitu terdapat korelasi negatif antara dukungan sosial dengan *burnout*.

Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Rita Andarika menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan tingkat *burnout* pada perawat puteri. Semakin tinggi dukungannya semakin rendah tingkat *burnout*-nya.⁶³ Walaupun dengan subjek yang berbeda, namun

⁶² Siska Adinda Prabowo Putri. *Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Balai Besar Wilayah Sungai Pemali Juana Semarang*. Majalah Ilmiah *INFORMATiKA* Vol. 2 No.1 Januari 2011, h.105

⁶³ Op.cit. h.224

ternyata diperoleh hasil penelitian yang sama mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout*.

Penelitian Zabel dan Zabel menyimpulkan bahwa guru-guru yang menerima dukungan dari atasan, teman-teman, dan keluarganya, cenderung mengalami tingkat *burnout* yang lebih rendah, dibandingkan guru-guru yang tidak mendapatkan dukungan sosial.⁶⁴ Hasil penelitian yang sama didapatkan oleh peneliti yaitu dukungan sosial yang tinggi dapat menurunkan tingkat *burnout* dan sebaliknya, dukungan sosial yang rendah dapat menaikkan tingkat *burnout*.

Penelitian yang dilakukan oleh Toifur terhadap guru sekolah dasar di Kabupaten Cilacap juga menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout*. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialaminya, dan semakin rendah tingkat dukungan sosial, maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialaminya.⁶⁵ Walaupun dengan subjek yang berbeda, namun ternyata diperoleh hasil penelitian yang sama yaitu terdapat korelasi negatif antara dukungan sosial dengan *burnout*.

Demikian pula dengan hasil penelitian yang dilakukan farhati dan rosyid yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang baik serta karakteristik pekerjaan yang jelas memberikan kontribusi positif dalam menurunkan

⁶⁴ Toifur dan Johana. *Hubungan antara status sosial ekonomi, orientasi religius, dan dukungan sosial dengan burnout pada guru sekolah dasar di Kabupaten Cilacap*. Jurnal Sosiohumanika Vol. 16A, No. 2, Mei 2003. h. 523

⁶⁵ Ibid, h.256

tingkat *burnout*.⁶⁶ Hasil penelitian yang sama didapat yaitu dukungan sosial yang baik dapat menurunkan tingkat *burnout* yang dialami pekerja.

Santrock menyebutkan bahwa *burnout* adalah suatu perasaan putus asa dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh stres berlarut-larut yang berkaitan dengan kerja.⁶⁷ Farber menambahkan bahwa, ketidakpedulian, ketidakpekaan atasan, kurangnya apresiasi masyarakat dengan pekerjaan, kritik masyarakat, mutasi kerja yang tidak dikehendaki, bahkan bangunan fisik tempat kerja yang tidak baik juga menjadi beberapa faktor lingkungan sosial yang turut berperan menimbulkan *burnout*.⁶⁸

Burnout merupakan kondisi dimana seseorang mengalami kelelahan fisik dan mental yang diakibatkan oleh rutinitas pekerjaannya, dimana gejala yang dialami diantaranya merasa frustrasi, tidak berdaya, sedih, tertekan, mudah marah, mudah tersinggung, sinis, perasaan hampa, tidak peduli terhadap sekitar, dan selalu berpendapat negatif. Hal tersebut sedikit banyak menyebabkan seseorang mengalami *burnout*. Dari hasil penelitian, didapat gejala *burnout* yang paling banyak dialami oleh mahasiswa yang bekerja adalah perasaan sedih yang ditunjukkan dengan persentase sebesar 11,8%.

Salah satu hal yang dapat menimbulkan *burnout* ialah kurangnya dukungan sosial dari orang yang berada di sekitar. Menurut Jacobson, dukungan sosial adalah suatu bentuk tingkah laku yang menumbuhkan

⁶⁶ Loc.cit

⁶⁷ Jhon W. Santrock, *Life-span development: perkembangan masa hidup*, (Jakarta: Erlangga) h. 74

⁶⁸ Farber, B. A. *Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher*. (Jossey-Bass, 1991)

perasaan nyaman dan membuat individu percaya bahwa ia dihormati, dihargai, dicintai dan bahwa orang lain bersedia memberikan perhatian dan keamanan.⁶⁹ Menurut Cobb & Wills, dukungan sosial mengarah pada rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diterima oleh individu dari individu lain atau kelompok. Mengetahui bahwa orang lain mencintai dan mau melakukan sesuatu yang dapat mereka lakukan untuk individu merupakan inti dari dukungan sosial.⁷⁰ Sehingga apabila seseorang kurang mendapatkan dukungan sosial seperti yang telah disebutkan di atas, maka seseorang akan mudah mengalami *burnout*.

Jadi dapat disimpulkan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja, dimana hasil penelitian tersebut mendukung hasil penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan hubungan yang negatif.

D. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak sepenuhnya sampai pada kebenaran yang mutlak. Serta masih banyak kekurangan dan kelemahan yang dilakukan selama melakukan penelitian ini, diantaranya:

1. Populasi terjangkau hanya terbatas pada mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta sehingga tidak dapat menjangkau populasi yang lebih

⁶⁹ Orford, J. *Community psychology : Theory & Practise*. West Sussex : John Wiley & Suns. Ltd. 1992.

⁷⁰ Sarafino, E. P. *Health psychology : Biopsychological Interactions* (4rd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc.1998.

2. Keterbatasan faktor yang diteliti yakni hanya mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout*, sementara *burnout* dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya lingkungan yang kurang mendukung, konflik peran, kurangnya penghargaan, serta perfeksionis individu.
3. Diperlukan adanya pendekatan lain sebagai tambahan, misalnya dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan eksperimen untuk memperkaya hasil-hasil penelitian yang relevan.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menarik kesimpulan:

1. Dari hasil pengolahan data, pengetahuan deskripsi, analisis, dan interpretasi data yang telah dilakukan dan diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami *burnout* dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima mahasiswa, maka semakin tinggi kemungkinan mahasiswa mengalami *burnout*.
2. Bentuk hubungan negatif antara variabel dukungan sosial dengan *burnout* ditunjukkan pada persamaan regresi yang diperoleh dari kedua variabel tersebut, yaitu $\hat{Y} = 170,76 - 0,73x$ dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah kecenderungan mengalami *burnout*. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kecenderungan mengalami *burnout*. Telah diketahui bahwa *burnout* (variabel Y) pada mahasiswa alih program jurusan akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta dapat

ditentukan oleh dukungan sosial (variabel X), sebesar 14,87% dan sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lainnya.

B. Implikasi

Implikasi dari hasil penelitian ini yaitu semakin tinggi dukungan sosial pada mahasiswa, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami *burnout* dan sebaliknya semakin rendah dukungan sosial mahasiswa, maka semakin tinggi kemungkinan mahasiswa mengalami *burnout*. Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang menentukan *burnout*.

Mahasiswa dapat melakukan usaha-usaha yang dapat mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya *burnout* yaitu dengan mencari dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya. Dengan mengetahui kondisi mereka secara pribadi, maka diharapkan dapat menanggulangi *burnout*, dengan membuka diri, bercerita atau berkonsultasi, beribadah, menyusun skala prioritas dan melakukan kegiatan-kegiatan menyenangkan yang positif seperti olahraga dan rekreasi dapat mencegah seseorang mengalami *burnout*.

Dukungan sosial dari orang-orang yang ada disekitarnya, membuat mahasiswa percaya bahwa ia dihormati, dihargai, dicintai dan bahwa orang lain bersedia memberikan perhatian dan keamanan. Sehingga mahasiswa mampu mencegah dan atau mengurangi gejala-gejala penyebab *burnout*. Dengan adanya dukungan sosial yang tinggi, mahasiswa akan lebih memikirkan semua hal yang akan dilakukannya. Mereka akan mempertimbangkan baik dan buruknya sebuah perilaku. Selain itu mereka

akan mampu mengendalikan emosi yang ada dan mengarahkannya menjadi emosi yang lebih positif. Mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi juga akan mengerjakan sesuatu dengan tekun, fokus dan efektif sehingga mencapai hasil yang optimal. Hal inilah yang membuat mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi akan mampu mencegah terjadinya gejala *burnout*.

Sebaliknya, mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah kurang dapat mengendalikan pikiran, emosi, rangsangan dan melakukan performa yang optimal. Hal inilah yang menyebabkan mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah cenderung mengalami *burnout*.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang dikemukakan diatas, saran-saran yang kiranya dapat diberikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi mahasiswa yang bekerja

Mahasiswa perlu menyadari adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *burnout*. Dengan begitu mahasiswa dapat melakukan usaha-usaha yang dapat mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya *burnout* yaitu dengan mencari dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya. Dengan mengetahui kondisi mereka secara pribadi, maka diharapkan dapat menanggulangi *burnout*, dengan membuka diri, bercerita atau berkonsultasi, beribadah, menyusun skala prioritas dan melakukan kegiatan-kegiatan menyenangkan yang positif seperti olahraga dan rekreasi.

2. Bagi universitas

Disarankan untuk membuka wadah konsultasi dikampus sebagai sarana untuk mendengar dan mengatasi *burnout*, yang diberikan pada seluruh perangkat akademisi dalam hal ini mahasiswa, khususnya mahasiswa bekerja.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini hanya meneliti dua variabel saja yaitu variabel dukungan sosial dengan variabel *burnout*. sebagaimana telah dijelaskan dukungan sosial bukanlah satu-satunya variabel yang mempengaruhi *burnout*.

Dengan demikian sebaiknya untuk penelitian selanjutnya juga memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *burnout* seperti lingkungan yang kurang mendukung, konflik peran, kurangnya penghargaan, serta perfeksionis individu. Selain itu disarankan pula untuk mengambil sampel dan populasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar Tri Kurniawan. *Mengatasi Burnout Saat Kerja*.
<http://www.tempo.co/read/news/2010/04/15/107240754/Mengatasi-Burnout-Saat-Kerja>. (diakses 10 Mei 2012)
- Aliah B. *Hubungan dukungan social dan Stres Akademik pada Perilaku Sabar Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Bunda Mulia*. Jurnal Psikologi
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Bettyndira, Riza. *Workshop Kesehatan Mental Untuk Mahasiswa*.
<http://www.jogjatv.tv/berita/13/04/2012/workshop-kesehatan-mental-untuk-mahasiswa> (diakses 10 Mei 2012)
- Cobb, Sidney. "Social Support as a Moderator of Life Stress", *Psychosomatic Medicine* Vol. 38 No. 5, September-Oktober 1976.
- Cooper. *Attachment Style, Emotion Regulation and Adjustment in Adolesence*. Journal of Personality and Social Psycholog,
- Cooper, Cary L. *The Handbook of Work and Health Psychology*. New York: John Willey and son Ltd. 2003
- Davis, Keith and John W. Newstrom. *Human behavior at work: organizational behavior*. Singapore: McGraw Hill, 1985.
- Davis, Keith and John W. Newstrom. *Organizational behavior*. New York: McGraw Hill, 1997.
- Dessler, Gary. *A framework for human resource management*. New Jersey: Prentice hall, 2002.
- Djaali, Pudji Muljono. *Pengukurang dalam Bidang Pendidikan*. Jakarta: PT. Grasindo, 2008.
- Farber, B. A. *Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher*. Jossey-Bass, 1991.
- Fred, Luthans. *Organizational Behavior english edition*. McGraw Hill, 1998.
- Greenberg, Jerald dan Robert A. Baron. *Behavior and Organization*. New Jersey: Prentice Hall, 2000

- Greenberg, Jerrold S. *Comprehensive stress management*. McGraw hill: New york, 2002.
- Gunarsa, Singgih D. *Dari anak sampai usia lanjut: bunga rampai psikologi anak*. Jakarta: Gunung mulia, 2004.
- Hadeli. *Metode Penelitian Kependidikan*. Jakarta: Quantum Teaching. 2006.
- Haryadi, Moh. *Statistik Pendidikan*,. Jakarta: Prestasi Pustaka. 2009.
- Hodgest, Richard M. *Organizational behavior: theory and practice*. New york: mahmillan publishing company, 1991.
- Ist. *Kuliah Sambil Kerja, Why Not?*.
<http://radarlampung.co.id/read/pendidikan/30704-kuliah-sambil-kerja-why-not> (diakses 10 Mei 2012)
- James B. Lau, A. B. Shani. *Behavior in Organization*. United state of America, Carlisle communication, Ltd., 1988.
- Komalasari, Eti. “*Dukungan Sosial pada Penderita Sakit Jantung di RS. Harapan Kita Jakarta*”, Jurnal Psikologi.
- Mayadewi. <http://mayadewi.wordpress.com/category/kesehatan/> (diakses 10 Mei 2012)
- Nadia, Rifa. *Sebelum Memutuskan Kuliah Sambil Kerja*.
<http://kampus.okezone.com/read/2012/04/02/373/604110/sebelum-memutuskan-kuliah-sambil-kerja> (diakses 10 Mei 2012)
- Orford, J. *Community psychology : Theory & Practise*. West Sussex : John Wiley & Suns. Ltd., 1992.
- Putri, Siska Adinda Prabowo. *Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Balai Besar Wilayah Sungai Pemali Juana Semarang*. Majalah Ilmiah INFORMATiKA Vol. 2 No.1 Januari 2011
- Rahardjo, Lydia, setiasih, dan idfi setianingrum. *Jenis dan sumber dukungan sosial pada mahasiswa*. Anima, Indonesian Psychological Journal, vol. 23, No. 3, 2008
- Rahman, Ulfiani. *mengenl burnout pada guru*. Lentera pendidikan, Edisi X, No.2, Desember 2007.
- Robbins, Stephen P. *Organizational behavior*. New Jersey: Prentice Hall, 1993.

- Santrock, Jhon W. *Life-span development: perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. *Health psychology : Biopsychological Interactions* (4rd ed). New York: John Wiley & Sons, Inc. 1998.
- Sarafino. *Health psychology biopsychosocial interaction*. USA : John Wiley & Sons, 1994
- Sheridan, C. L & Radmacher, S. A. *Health Psychology : challenging thebiomedical model*. New York : John Wiley& Sons, Inc, 1992.
- Snell, Scott dan George bohlander. *Human resources management*. USA: Thomson,2007.
- Sri novi rina dan tri sella marisa. *Pengaruh dukungan sosial dan stress kerja terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Bank Rakyat Indonesia Tbk. Unit Martapura*. Ekonomika vol.II, no. 1, April 2010
- Sugiyono. *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta, 2004
- Sugiyono. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA, 2011
- Sutjipto. *Apakan Anda Mengalami Burnout?*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan.2001
- Taylor, S. E. *Health psychology* (4th ed). Boston : McGraw Hill, 1999.
- Tim UPN. *Tak Selalu Karena Motif Ekonomi*.
<http://harianjoglosemar.com/berita/tak-selalu-karena-motif-ekonomi-29984.html?page=23> (diakses 10 Mei 2012)
- Yuwan Y.R. *Fenomena Part Time Job Mahasiswa*.
<http://www.senyumkita.com/kabar-senyum/fenomena-part-time-job-mahasiswa/#.T6swgFLx7PY> (diakses 10 Mei 2012)

Lampiran 1



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telp./Fax. : Rektor : (021) 4893854, PR I : 4895130, PR II : 4893918, PR III : 4892926
PR IV : 4893982, BAUK : 4750930, BAAK : 4759081, BAPSI : 4752180 Bag. UHTP : Telp. 4893726,
Bag. Keuangan : 4892414, Bag. Kepegawaian : 4890536, HUMAS : 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 3125/H39.12/PL/2012
Lamp. : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian untuk Skripsi

15 Mei 2012

Yth. Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta
di tempat

Kami mohon kesediaan Saudara, untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Dwi Setyaningsih
Nomor Registrasi : 8155082762
Program Studi : Pendidikan Akuntansi
Fakultas : Ekonomi
Untuk mengadakan : Penelitian untuk Skripsi

Di : Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta

Guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka Penulisan Skripsi dengan Judul
"Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Burnout pada Mahasiswa Ekstensi (Alih Program) di Universitas Negeri Jakarta yang Bekerja."

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami ucapkan terima kasih.

Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan

Drs. Syaifulah
NIP. 19570216 198403 1 001

Tembusan :

1. Dekan Fakultas Ekonomi
2. Kaprog / Jurusan Ekonomi dan Administrasi

Lampiran 2



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FAKULTAS EKONOMI

Gedung R Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telp : (021) 4721227, Fax : (021) 4706285

www.unj.ac.id/fe

22 Mei 2012

Nomor : 575/UN39.6/FE/V/2012

Lamp. : -

Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala BAAK
Universitas Negeri Jakarta
di
Jakarta

Dengan hormat,

Menjawab surat nomor: 3125/H39.12/PL/2012 tertanggal 15 Mei 2012 tentang permohonan izin penelitian, maka dengan ini kami memberikan izin penelitian dalam rangka penulisan skripsi dengan judul: *"Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout pada Mahasiswa Ekstensi (Alih Program) di Universitas Negeri Jakarta yang Bekerja"*. Kepada:

Nama : Dwi Setyaningsih
Noreg. : 8155082762
Strata : S1
Prodi : Pendidikan Ekonomi
Konsentrasi : Pendidikan Akuntansi
Jurusan : Ekonomi dan Administrasi

Atas perhatian yang diberikan, kami sampaikan terima kasih.



Drs. Dedi Purwana, ES, M.Bus.
NIP. 19671207 199203 1 001

Tembusan:

1. Dekan FE (sebagai laporan)
2. Kajur Ekonomi dan Administrasi
3. Kaprodi Pendidikan Ekonomi
4. Konsentrasi Pendidikan Akuntansi
5. Yang Bersangkutan

Lampiran 3

DAFTAR NAMA MAHASISWA ALIH PROGRAM JURUSAN AKUNTANSI (S1) FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

NO.	NO. REGISTRASI	NAMA MAHASISWA
1	8355089499	KELIK NURTJAHJO
2	8335089503	POMO
3	8335099336	ANI EVALIA
4	8335099337	SITI MARDIANA
5	8335099347	LATHIFAH ZEN
6	8335099351	GUS IRFAN
7	8335099362	ULFAH HADI SURYA
8	8335099363	SORAYA DEANITA G.
9	8335099364	IKA RESTIKA AYU K.
10	8335099446	NURLINA HASTADEWI
11	8335099452	WINANDA DWI NOVIANTI
12	8335109148	DIANA AMELIA
13	8335109149	AJI PRASETYO
14	8335109150	BAHTIAR SUWARDI
15	8335109151	WAHYU PUTRA PRATAMA
16	8335109152	BENNY KASANOVA
17	8335109153	SAMBA GUNANI
18	8335109154	ADIBAH
19	8335109155	DYAH AYU K.
20	8335109156	HETI SHOLIHATI
21	8335109158	ABDUK HAKIM
22	8335109160	AKMAL
23	8335109161	RINI DIAN SARI
24	8335109163	FADHLI RAHMAN
25	8335109164	AYU ASTIRA
26	8335109165	IFAN AMINURAKHMAN
27	8335109166	ANITA KUSUMA DEWI
28	8335109168	TODD PUTRA DHYAKSA
29	8335109170	HESTY MARGARETHA
30	8335109171	ARI WIBOWO
31	8335109172	DIAH PUTRIANTI
32	8335109173	ACHBAR ARIADI

NO.	NO. REGISTRASI	NAMA MAHASISWA
33	8335109174	HADIE ARIA JAYA
34	8335109175	AGUNG EKO PRABOWO
35	8335109176	DIMAS SANDHY CANDRA
36	8335109177	LUCKY NUGROHO
37	8335119078	WIAN INDRAWAN
38	8335119079	NESYA NANDIKA PUTRI
39	8335119080	MUHAMMAD MAULVI N.
40	8335119081	KAMAL ZULFIKAR
41	8335119082	JOKO SUYAMTO
42	8335119083	WAHYU SETYA RAHARJO
43	8335119084	MEIRILLISA
44	8335119086	RIO FIRNANDA
45	8335119087	HENRY OCKY PARSAORAN
46	8335119088	RANDI HERMAWAN BULO
47	8335119090	JHON ELI CANSIUS
48	8335119091	SEKARSARI SUTRISNO
49	8335119092	HANNA ANDRIANA PERTI
50	8335119093	PUSPA INDAH NURFITRI
51	8335119094	FATIMATUZZAHRA
52	8335119095	DEWITA KUMALASARI
53	8335119096	RIZKY MUHARMAN
54	8335119097	HENDRO PANDAPOTAN
55	8335119100	DAMAYANTI DWI
56	8335119101	HERAWATI
57	8335119102	ISTY DWIASIH
58	8335119103	RYAN SAPTONO
59	8335119104	SRI LESTARI
60	8335119105	AGATA YOVETY PROHEST
61	8335119106	BETSY KARTIKA SARI
62	8335119107	AZIEZAH SITI RAHAYU
63	8335119108	HARTRIYOS ABDULLAH

Lampiran 4

Penyebaran Nomor Instrumen Final

Dukungan Sosial (X)

Indikator	Sub-Indikator	No. Item	
		(+)	(-)
Dukungan emosional	Memberikan Penghargaan	1, 10, 26	31, 35
	Memberikan Kepercayaan	2, 11	20
	Memberikan Perhatian	21, 32	36
Dukungan Instrumental	Bantuan	4, 13, 22	28
	Uang	5	14
	Makanan	6, 23	
Dukungan Informasi	Memberikan Nasihat	16, 24, 29, 37	39
	Memberikan petunjuk		17
	Memberi Saran	9, 34, 38	40, 41

Lampiran 5

Penyebaran Nomor Instrumen Final

Burnout (Y)

Indikator	Sub-Indikator	No. Item	
		(+)	(-)
Kelelahan emosional	Frustasi	1, 11	
	Tidak berdaya	2, 12, 27, 32, 36, 39, 41, 42, 43, 44, 45, 47	
	Sedih	3	
	Tertekan	4, 28, 33, 37	
	Mudah tersinggung	5, 14, 24	
	Mudah marah	6	
Depersonalisasi	Bersikap sinis	7, 15, 23, 29, 34	
	Perasaan hampa	8, 16, 24, 30	
	Tidak peduli	9, 25, 31, 35, 40	
	Berpendapat negatif	10, 26	

Lampiran 6

KUESIONER

Nama/inisial :

Jurusan/Angkatan :

Bekerja/tidak bekerja*

Jumlah jam kerja: ... jam/minggu

*lingkari salah satu sesuai dengan keadaan Anda saat ini

INSTRUKSI

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Berilah tanda cek list (√) pada kotak jawaban yang telah disediakan sesuai dengan apa yang Anda rasakan. Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawaban yang paling tepat sesuai dengan hati nurani Anda sendiri.

PETUNJUK PENGISIAN

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Rekan kerja menghargai hasil kerja saya					
2.	Rekan kerja saya yakin bahwa saya dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik					
3.	Rekan kerja menjenguk saya pada waktu saya sakit					
4.	Rekan kerja membantu saya menghadapi kesulitan dalam melakukan pekerjaan					
5.	Rekan kerja bersedia meminjamkan uang di saat saya membutuhkan					
6.	Rekan kerja menawarkan makanan ketika ada yang membawanya dari rumah					
7.	Rekan kerja menegur ketika saya melakukan kesalahan					
8.	Rekan kerja menjelaskan cara menyelesaikan suatu pekerjaan					
9.	Rekan kerja memberikan saran ketika saya bimbang					
10.	Saya mendapat pujian dari rekan kerja					
11.	Rekan kerja saya percaya bahwa saya dapat menyelesaikan masalah saya sendiri					
12.	Rekan kerja memperhatikan masalah yang saya hadapi					
13.	Rekan kerja meminjamkan pulpen ketika saya lupa membawanya					

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
14.	Rekan kerja tidak pernah peduli dengan kondisi keuangan yang saya alami					
15.	Keluarga menyiapkan sarapan sebelum saya berangkat bekerja					
16.	Rekan kerja mengingatkan saya agar tidak melakukan kesalahan lagi					
17.	Rekan kerja tidak pernah memberikan petunjuk yang dapat meringankan pekerjaan saya					
18.	Rekan kerja tidak sungkan memberikan masukan tentang apa yang harus saya lakukan dalam menyelesaikan pekerjaan					
19.	Rekan kerja tidak pernah mencela hasil kerja saya					
20.	Rekan kerja tidak yakin saya dapat menyelesaikan pekerjaan baru					
21.	Rekan kerja bersedia mendengarkan keluhan kesah saya					
22.	Rekan kerja bersedia mengajarkan hal-hal yang saya belum mengerti					
23.	Keluarga membekali saya makan siang untuk dibawa ke tempat kerja					
24.	Rekan kerja menasehati saya agar tidak terjerumus dalam perbuatan yang buruk					
25.	Rekan kerja memberikan pendapat ketika saya bingung atas suatu situasi					
26.	Rekan kerja menyetujui ide saya					
27.	Rekan kerja menanyakan kabar keluarga saya					
28.	Rekan kerja tidak menawarkan bantuan pekerjaan kepada saya					
29.	Rekan kerja mengingatkan saya agar tetap sabar dalam menghadapi masalah					
30.	Rekan kerja memberikan solusi untuk menyelesaikan masalah pekerjaan saya					
31.	Kemampuan saya dipandang sebelah mata oleh rekan kerja saya					
32.	Rekan kerja bersedia meluangkan waktu untuk mendiskusikan sesuatu					
33.	Rekan kerja memberikan bimbingan rohani agar saya tenang dalam bekerja					
34.	Rekan kerja memberikan masukan untuk menyelesaikan masalah pribadi saya					
35.	Rekan kerja menilai ide yang saya berikan merupakan hal yang sia-sia					
36.	Rekan kerja bersikap acuh ketika saya mengalami musibah					
37.	Rekan kerja membimbing saya agar lebih baik dalam menyelesaikan pekerjaan					

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
38.	Rekan kerja memberikan pendapat sesuai dengan masalah yang saya hadapi					
39.	Rekan kerja enggan mengingatkan saya dalam kesalahan					
40.	Rekan kerja tidak bersedia memberikan jalan keluar mengenai masalah pribadi saya					
41.	Rekan kerja menyarankan saya agar berganti pekerjaan					

Lampiran 7

KUESIONER

Nama/inisial :

Jurusan/Angkatan :

Bekerja/tidak bekerja*

Jumlah jam kerja: ... jam/minggu

*lingkari salah satu sesuai dengan keadaan Anda saat ini

INSTRUKSI

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Berilah tanda cek list (√) pada kotak jawaban yang telah disediakan sesuai dengan apa yang Anda rasakan. Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawaban yang paling tepat sesuai dengan hati nurani Anda sendiri.

PETUNJUK PENGISIAN

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya frustrasi dengan semua pekerjaan saya					
2.	Saya merasa tidak punya kekuatan untuk menunjukkan hasil yang memuaskan					
3.	Saya sedih ketika tidak ada yang membantu saat pekerjaan saya menumpuk					
4.	Bekerja dengan orang lain secara langsung membuat saya tertekan					
5.	Saya mudah tersinggung dengan rekan kerja, bos, klien atau pelanggan					
6.	Saya marah ketika rekan kerja bertanya saat saya sedang serius mengerjakan pekerjaan					
7.	Saya menjadi jahat terhadap orang lain sejak saya bekerja disini					
8.	Saya merasa "sendiri"					
9.	Saya malas mengangkat telpon dari orang-orang yang saya kenal					
10.	Saya khawatir pekerjaan ini membuat saya emosi					
11.	Pekerjaan yang saya jalani tidak memberi saya kepuasan					
12.	Saya merasa lelah sekali					
13.	Saya merasa terlalu bekerja keras dalam pekerjaan saya					

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
14.	Saya tersinggung saat di tegur rekan kerja karena pekerjaan saya					
15.	Saya menjawab dengan sinis ketika ada yang bertanya					
16.	Selesai jam kerja, saya merasa kekosongan emosional					
17.	Pada hari libur saya tidak mau diganggu siapapun juga					
18.	Saya merasa orang yang memerlukan bantuan saya menyalahkan saya untuk beberapa masalah mereka					
19.	Saya puas dengan apa yang sudah saya kerjakan					
20.	Saya cemas di suatu waktu					
21.	Saya senang dengan apa yang saya jalani sekarang					
22.	Saya tersinggung ketika ditanya tentang pekerjaan yang belum sempat saya selesaikan					
23.	Saya kesal melihat rekan kerja yang berhasil					
24.	Saya merasa lebih baik segera pulang setelah selesai bekerja					
25.	Saya malas mendengar cerita dan keluhan rekan kerja atau siapapun					
26.	Saya merasa kritis dengan orang-orang di sekitar saya					
27.	Saya sering merasa ingin "melarikan diri"					
28.	Saya terbebani dengan sejumlah pekerjaan					
29.	Saya sering salah paham dengan rekan kerja saya					
30.	Minat terhadap persahabatan, makanan, dan hiburan turun					
31.	Saya tidak peduli dengan apa yang terjadi dengan orang lain yang membutuhkan bantuan saya					
32.	Saya merasa "tersudut"					
33.	Tekanan emosional yang saya alami di tempat kerja sungguh besar					
34.	Saya bosan dengan rekan kerja saya					
35.	Saya tidak peduli dengan apa yang sedang terjadi di tempat saya bekerja					
36.	Saya susah untuk bersantai dan tidur					
37.	Saya kehilangan minat mengerjakan pekerjaan saya					
38.	Saya senang dapat memberi solusi atas masalah yang dihadapi rekan kerja saya					
39.	Saya merasa tenaga saya terkuras pada akhir hari kerja					
40.	Saya tidak peduli dengan orang lain ketika saya sedang mengerjakan pekerjaan					
41.	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari					
42.	Saya seperti tidak bisa mengatur hidup saya					
43.	Saya merasa kehabisan tenaga					
44.	Saya lelah secara emosional dari pekerjaan saya					
45.	Saya merasa kehilangan harapan					
46.	Saya bangun di pagi hari dengan penuh semangat					
47.	Saya merasa tidak berharga/bernilai					

Sumber: Ramon Diaz, *Hubungan Antara Burnout Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Bekerja*, Jurnal Penelitian Psikologi, No. 1 Vol. 14, Juni 2009.

NOMOR ITEM	DESCRIÇÃO	VALOR UNITARIO	QUANTIDADE	VALOR TOTAL
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37
38
39
40
41
42
43
44
45
46
47
48
49
50
51
52
53
54
55
56
57
58
59
60
61
62
63
64
65
66
67
68
69
70
71
72
73
74
75
76
77
78
79
80
81
82
83
84
85
86
87
88
89
90
91
92
93
94
95
96
97
98
99
100

NO.	NOMOR ITEM																															
	1	2	4	5	6	9	10	11	13	14	16	17	20	21	22	23	24	26	28	29	31											
										NEG		NEG	NEG						NEG		NEG											
1	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	3	4	4	3	5	5	4	3	3											
2	4	5	4	4	3	2	1	4	3	5	2	2	5	4	3	5	4	4	4	4	1											
3	2	4	4	3	4	3	3	3	5	4	5	4	3	3	4	2	5	3	2	4	2											
4	5	5	4	4	3	3	3	3	5	4	2	3	5	2	3	5	3	4	5	3	3											
5	4	4	4	3	4	4	5	4	2	5	4	3	3	3	3	5	3	4	2	3	3											
6	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	5	5	4	4	3	4	5	4	5	5											
7	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	5	4											
8	5	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	2	3											
9	2	5	2	3	3	4	5	4	3	3	3	3	2	2	3	1	2	4	3	3	2											
10	2	3	3	2	4	2	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	3	5	3	2	4											
11	4	4	5	5	5	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	5	4											
12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	5											
13	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	2	4	2	2	4	4											
14	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	3	4	3	4	5	5											
15	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3											
16	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	3	5	5	4	4	4	4	5	3											
17	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	5	3	4	4	3	3	5	3	5											
18	4	4	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	2	1											
19	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5											
20	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5											
21	5	5	5	4	4	4	3	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4	4	5	5	5											
22	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	1	3	2	4	3	5											
23	5	5	4	5	5	5	3	5	4	3	5	2	5	5	5	3	5	4	3	5	5											
24	5	5	4	4	4	4	4	4	3	1	2	1	2	4	3	4	2	4	2	3	2											
25	4	5	4	3	4	3	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4											
26	5	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2											
27	4	4	5	5	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3											
28	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	5											
29	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	4	2	4	4	4	4	4	3	5	5											
30	5	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	3	5											
31	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	4	4	4											
32	4	4	3	4	5	4	3	3	3	2	2	1	4	2	3	3	1	1	5	2	1											
Var Item	0.805	0.452	0.668	0.854	0.512	0.62	0.802	0.523	0.588	1.032	1.007	1.475	1.201	0.77	0.555	1.161	0.894	1.007	1.016	1.093	1.862											
ΣVAR ITEM	29.51																															
ΣVAR TOTAL	300.84																															
RELIABILITAS	0.93																															
keterangan	Sangat reliabel																															

32	34	35	36	37	38	39	40	41	TOTAL
		NEG	NEG			NEG	NEG	NEG	
5	3	4	4	5	5	5	4	5	129
2	4	4	1	2	2	4	1	2	95
4	2	2	4	2	3	2	2	2	95
3	4	3	3	2	5	4	4	5	110
4	3	3	3	2	4	4	4	5	108
4	4	5	5	4	4	2	5	5	121
3	3	4	4	5	3	3	3	5	109
3	4	2	3	4	4	4	5	4	99
4	2	3	3	2	4	3	2	3	88
2	2	1	5	2	3	3	2	3	90
3	3	4	5	4	4	5	5	5	115
3	3	2	4	4	4	3	3	4	107
3	2	3	2	2	3	4	3	2	82
4	5	3	5	4	4	5	4	5	130
3	3	3	3	2	3	3	3	3	88
4	4	4	5	4	4	5	5	5	134
4	5	5	5	4	3	5	5	4	118
4	4	2	2	5	4	1	2	3	93
4	4	5	5	4	4	2	2	4	120
5	5	5	5	5	5	5	5	5	150
4	4	5	4	4	4	5	5	5	132
2	3	4	5	4	4	4	5	2	106
3	5	5	5	5	4	4	5	5	132
4	4	1	2	3	4	1	2	1	89
4	4	2	5	4	4	4	4	4	115
4	4	2	2	4	4	2	2	2	98
4	4	4	4	4	4	4	4	4	118
4	4	5	4	3	3	3	5	5	115
4	4	5	5	3	4	3	5	5	123
5	4	5	5	4	4	5	3	5	135
4	4	4	4	4	4	4	4	3	107
2	3	3	4	2	3	3	3	3	86
0.701	0.758	1.613	1.378	1.161	0.434	1.415	1.597	1.555	

PENGUJIAN VALIDITAS INSTRUMEN BURNOUT

NO.	NOMOR ITEM																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1		5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	4	3	5	2	3	2	5	4	3	4
2		4	2	5	4	3	1	5	4	4	3	5	2	3	5	4	2	5	2	3	2	2	5	1	4
3		3	4	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	1	3	3	2	3	1	3	1
4		3	5	3	5	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	5	5
5		3	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	5	4	3	1	3	4	3	5	2
6		3	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	3	1	2	2
7		3	3	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3
8		4	2	4	2	3	3	5	4	4	3	1	4	4	3	4	3	4	1	3	3	4	1	3	4
9		3	4	4	2	2	3	2	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	1	1	1	3	1
10		3	4	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3	3	4	1	4	5	3	3	2	3	4	3	2
11		2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	3	1	5	1
12		2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3
13		3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	1	2	3
14		2	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	3	1	3	3	1	3	1	2	2	3	1	4	3
15		2	1	3	3	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	1	3	2	3	1	3	2
16		3	2	3	4	1	1	2	2	2	2	4	4	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	4	2
17		1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	3	2	2	1	3	2
18		3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3
19		2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	3	2	3	2	1	1	1	2	3	2	2	1	5	2
20		3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
21		2	2	3	1	3	2	3	1	3	1	3	3	1	2	1	3	2	2	3	2	3	3	5	2
22		2	1	2	1	1	1	2	1	2	4	3	2	2	1	2	2	1	1	4	2	1	2	5	2
23		2	1	3	1	2	3	3	1	1	1	3	3	5	2	1	2	4	1	3	1	5	2	1	1
24		2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	1	4	3	2	3	3	4	3
25		2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2
26		5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	5	1	1	1	1
27		4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	4	2	3	2	4	1	3	2	4	1
28		1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	2	1	4	3
29		2	2	3	1	3	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	3	2	2	1	4	1
30		1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	5	2	2	3	5	2	1	3	1	2	2	2	3
31		3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	4	3
32		5	4	4	5	3	1	1	2	3	2	4	4	3	5	3	3	5	2	3	3	2	1	1	1
r hitung	0.59	0.67	0.45	0.66	0.67	0.65	0.61	0.67	0.66	0.74	0.62	0.54	0.32	0.5	0.79	0.77	0.23	0.69	0.14	0.3	-0.1	0.38	0.57	-0.11	0.42
r tabel	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35
keterangan	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	drop	valid	valid	valid	drop	valid	drop	drop	drop	valid	valid	drop	valid
jumlah valid	39																								

26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	TOTAL
												NEG								NEG		
5	4	3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	2	5	179
3	5	2	4	3	5	5	4	4	2	3	4	5	5	4	3	4	2	5	5	2	3	165
3	2	3	3	4	2	1	1	1	1	3	3	3	2	3	2	1	2	1	1	2	1	105
3	3	5	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	3	3	3	3	1	1	145
5	3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	1	109
3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	1	93
2	3	3	3	4	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	1	2	2	103
4	3	4	3	5	1	4	4	4	3	3	4	2	1	4	3	3	4	2	4	3	4	150
2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	1	3	3	2	3	129
3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	1	5	4	1	1	1	1	1	1	5	141
3	1	1	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	2	1	3	3	2	3	102
3	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	113
3	2	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	123
3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	109
3	1	3	3	2	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	84
2	3	2	2	4	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	4	3	3	4	3	110
2	2	2	1	1	1	1	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	1	3	1	86
4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	2	140
2	3	3	2	5	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	1	97
3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	3	134
4	3	2	3	1	2	2	3	3	1	1	3	2	4	3	3	2	3	3	1	2	1	111
4	4	3	2	1	3	2	1	3	4	1	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	1	98
4	2	2	4	1	2	2	1	1	2	5	2	1	3	4	4	1	4	3	1	2	1	107
4	3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	3	2	3	5	3	4	3	5	4	3	4	147
4	1	3	2	1	2	1	1	3	1	3	2	4	3	2	2	1	3	3	2	1	1	108
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	68
4	3	4	3	4	3	4	5	3	4	5	3	2	5	4	4	4	4	4	4	4	1	156
3	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	2	1	2	2	1	1	1	81
2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	1	89
2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	2	1	2	1	82
3	3	2	2	3	1	1	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	1	119
2	3	3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	2	5	4	3	4	5	5	4	4	1	151
0.47	0.7	0.55	0.7	0.59	0.71	0.76	0.67	0.62	0.61	0.58	0.73	0.13	0.61	0.7	0.48	0.68	0.46	0.63	0.77	-0.02	0.62	
0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	0.35	
valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	drop	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	drop	valid	

PENGUJIAN RELIABILITAS INSTRUMEN BURNOUT

NO.	NOMOR ITEM																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	15	16	18	22	23	25	26	27				
1	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4				
2	4	3	2	5	4	3	1	5	4	4	3	5	3	5	4	5	2	5	4	3	5				
3	3	3	4	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	1	1	3	2				
4	3	3	5	3	5	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	5	3	3				
5	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	4	3	2	5	3				
6	3	3	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	1	3	1	2	3	1				
7	3	3	3	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	1	1	3	2	1	3	2	3				
8	4	2	2	4	2	3	3	5	4	4	3	1	4	3	4	4	4	1	4	4	3				
9	3	3	4	4	2	2	3	2	1	3	3	4	4	3	3	3	1	1	1	2	3				
10	3	4	3	4	3	3	4	3	5	4	3	3	3	4	1	5	5	4	2	3	3				
11	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1				
12	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2				
13	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	4	1	3	3	2				
14	2	2	2	3	1	2	1	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	1	3	3	3				
15	2	1	3	3	3	2	1	2	1	1	1	1	3	1	1	3	3	1	2	3	1				
16	3	2	2	3	4	1	1	2	2	2	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3				
17	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2				
18	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3				
19	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	1	1	2	1	2	2	3				
20	3	3	4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3				
21	2	2	3	1	3	3	2	3	1	3	1	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3				
22	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	4	3	2	1	2	1	1	2	2	4	4				
23	2	1	3	1	2	3	3	3	1	1	1	3	5	2	1	4	5	2	1	4	2				
24	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	4	2	3	1	3	3	3	4	3				
25	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	1				
26	5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
27	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	3	4	2	2	4	3	3	2	1	4	3				
28	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	1				
29	2	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2				
30	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2				
31	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3				
32	5	4	4	4	5	3	1	1	2	3	2	4	3	5	3	5	2	1	1	2	3				
Var Item	1.161	0.996	0.983	1.415	1.483	0.694	1.047	1.29	1.222	1.088	0.951	1.072	1.161	1.512	1.297	1.846	1.032	1.21	1.136	0.899	0.967				
ΣVAR ITEM	47.11																								
ΣVAR TOTAL	713.25																								
RELIABILITAS	0.96																								
keterangan	sangat reliabel																								

28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	39	40	41	42	43	44	45	47	TOTAL
3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	5	157
2	4	3	5	5	4	4	2	3	4	5	4	3	4	2	5	5	3	146
3	3	4	2	1	1	1	1	3	3	2	3	2	1	2	1	1	1	85
5	3	5	3	3	3	3	3	3	3	5	3	5	3	3	3	3	1	123
3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	1	84
3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	1	1	76
3	3	4	2	2	1	1	3	2	3	2	2	3	3	1	1	1	2	81
4	3	5	1	4	4	4	3	3	4	1	4	3	3	4	2	4	4	128
3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	1	3	3	3	109
3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	5	4	1	1	1	1	1	5	121
1	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	2	1	3	3	3	82
2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	93
3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	99
2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	92
3	3	2	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	69
2	2	4	1	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	89
2	1	1	1	1	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	1	1	67
2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	2	117
3	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	77
3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	112
2	3	1	2	2	3	3	1	1	3	4	3	3	2	3	3	1	1	89
3	2	1	3	2	1	3	4	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	78
2	4	1	2	2	1	1	2	5	2	3	4	4	1	4	3	1	1	93
4	3	4	5	4	5	3	4	5	3	3	5	3	4	3	5	4	4	125
3	2	1	2	1	1	3	1	3	2	3	2	2	1	3	3	2	1	86
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	44
4	3	4	3	4	5	3	4	5	3	5	4	4	4	4	4	4	1	133
1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	2	2	1	1	62
2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	2	1	70
1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	1	61
2	2	3	1	1	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	98
3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	5	4	3	4	5	5	4	1	129
0.894	0.839	2.177	1.677	1.19	1.354	1.152	1.023	1.281	0.765	1.419	1.19	0.968	1.161	1.222	1.254	1.512	1.572	

KUESIONER

Nama/inisial :

Jurusan/Angkatan :

Bekerja/tidak bekerja*

Jumlah jam kerja: ... jam/minggu

*lingkari salah satu sesuai dengan keadaan Anda saat ini

INSTRUKSI

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Berilah tanda cek list (√) pada kotak jawaban yang telah disediakan sesuai dengan apa yang Anda rasakan. Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawaban yang paling tepat sesuai dengan hati nurani Anda sendiri.

PETUNJUK PENGISIAN

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

RR : Ragu-ragu

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Rekan kerja menghargai hasil kerja saya					
2.	Rekan kerja saya yakin bahwa saya dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik					
3.	Rekan kerja membantu saya menghadapi kesulitan dalam melakukan pekerjaan					
4.	Rekan kerja bersedia meminjamkan uang di saat saya membutuhkan					
5.	Rekan kerja menawarkan makanan ketika ada yang membawanya dari rumah					
6.	Rekan kerja memberikan saran ketika saya bimbang					
7.	Saya mendapat pujian dari rekan kerja					
8.	Rekan kerja saya percaya bahwa saya dapat menyelesaikan masalah saya sendiri					
9.	Rekan kerja meminjamkan pulpen ketika saya lupa membawanya					
10.	Rekan kerja tidak pernah peduli dengan kondisi keuangan yang saya alami					
11.	Rekan kerja mengingatkan saya agar tidak melakukan kesalahan lagi					
12.	Rekan kerja tidak pernah memberikan petunjuk yang dapat meringankan pekerjaan saya					

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
13.	Rekan kerja tidak yakin saya dapat menyelesaikan pekerjaan baru					
14.	Rekan kerja bersedia mendengarkan keluhan kesah saya					
15.	Rekan kerja bersedia mengajarkan hal-hal yang saya belum mengerti					
16.	Keluarga membekali saya makan siang untuk dibawa ke tempat kerja					
17.	Rekan kerja menasehati saya agar tidak terjerumus dalam perbuatan yang buruk					
18.	Rekan kerja menyetujui ide saya					
19.	Rekan kerja tidak menawarkan bantuan pekerjaan kepada saya					
20.	Rekan kerja mengingatkan saya agar tetap sabar dalam menghadapi masalah					
21.	Kemampuan saya dipandang sebelah mata oleh rekan kerja saya					
22.	Rekan kerja bersedia meluangkan waktu untuk mendiskusikan sesuatu					
23.	Rekan kerja memberikan masukan untuk menyelesaikan masalah pribadi saya					
24.	Rekan kerja menilai ide yang saya berikan merupakan hal yang sia-sia					
25.	Rekan kerja bersikap acuh ketika saya mengalami musibah					
26.	Rekan kerja membimbing saya agar lebih baik dalam menyelesaikan pekerjaan					
27.	Rekan kerja memberikan pendapat sesuai dengan masalah yang saya hadapi					
28.	Rekan kerja enggan mengingatkan saya dalam kesalahan					
29.	Rekan kerja tidak bersedia memberikan jalan keluar mengenai masalah pribadi saya					
30.	Rekan kerja menyarankan saya agar berganti pekerjaan					

Lampiran 13

KUESIONER

Nama/inisial :

Jurusan/Angkatan :

Bekerja/tidak bekerja*

Jumlah jam kerja: ... jam/minggu

*lingkari salah satu sesuai dengan keadaan Anda saat ini

INSTRUKSI

Bacalah setiap pernyataan dengan seksama. Berilah tanda cek list (√) pada kotak jawaban yang telah disediakan sesuai dengan apa yang Anda rasakan. Tidak ada jawaban benar atau salah. Jawaban yang paling tepat sesuai dengan hati nurani Anda sendiri.

PETUNJUK PENGISIAN

SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 RR : Ragu-ragu
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
1.	Saya frustrasi dengan semua pekerjaan saya					
2.	Saya merasa tidak punya kekuatan untuk menunjukkan hasil yang memuaskan					
3.	Saya sedih ketika tidak ada yang membantu saat pekerjaan saya menumpuk					
4.	Bekerja dengan orang lain secara langsung membuat saya tertekan					
5.	Saya mudah tersinggung dengan rekan kerja, bos, klien atau pelanggan					
6.	Saya marah ketika rekan kerja bertanya saat saya sedang serius mengerjakan pekerjaan					
7.	Saya menjadi jahat terhadap orang lain sejak saya bekerja disini					
8.	Saya merasa "sendiri"					
9.	Saya malas mengangkat telpon dari orang-orang yang saya kenal					
10.	Saya khawatir pekerjaan ini membuat saya emosi					
11.	Pekerjaan yang saya jalani tidak memberi saya kepuasan					

No.	Pernyataan	SS	S	RR	TS	STS
12.	Saya merasa lelah sekali					
13.	Saya tersinggung saat di tegur rekan kerja karena pekerjaan saya					
14.	Saya menjawab dengan sinis ketika ada yang bertanya					
15.	Selesai jam kerja, saya merasa kekosongan emosional					
16.	Saya merasa orang yang memerlukan bantuan saya menyalahkan saya untuk beberapa masalah mereka					
17.	Saya tersinggung ketika ditanya tentang pekerjaan yang belum sempat saya selesaikan					
18.	Saya kesal melihat rekan kerja yang berhasil					
19.	Saya malas mendengar cerita dan keluhan rekan kerja atau siapapun					
20.	Saya merasa kritis dengan orang-orang di sekitar saya					
21.	Saya sering merasa ingin "melarikan diri"					
22.	Saya terbebani dengan sejumlah pekerjaan					
23.	Saya sering salah paham dengan rekan kerja saya					
24.	Minat terhadap persahabatan, makanan, dan hiburan turun					
25.	Saya tidak peduli dengan apa yang terjadi dengan orang lain yang membutuhkan bantuan saya					
26.	Saya merasa "tersudut"					
27.	Tekanan emosional yang saya alami di tempat kerja sungguh besar					
28.	Saya bosan dengan rekan kerja saya					
29.	Saya tidak peduli dengan apa yang sedang terjadi di tempat saya bekerja					
30.	Saya susah untuk bersantai dan tidur					
31.	Saya kehilangan minat mengerjakan pekerjaan saya					
32.	Saya merasa tenaga saya terkuras pada akhir hari kerja					
33.	Saya tidak peduli dengan orang lain ketika saya sedang mengerjakan pekerjaan					
34.	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari					
35.	Saya seperti tidak bisa mengatur hidup saya					
36.	Saya merasa kehabisan tenaga					
37.	Saya lelah secara emosional dari pekerjaan saya					
38.	Saya merasa kehilangan harapan					
39.	Saya merasa tidak berharga/bernilai					

Sumber: Ramon Diaz, *Hubungan Antara Burnout Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Bekerja*, Jurnal Penelitian Psikologi, No. 1 Vol. 14, Juni 2009.

Lampiran 14

DATA HASIL KUESIONER FINAL VARIABEL X

NO.	NO. ITEM																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	3	3	3	3	3	5
2	5	5	5	4	5	3	4	4	5	3	4	5	5	5	5	4	5
3	4	5	5	5	5	4	4	4	5	2	4	3	3	4	4	4	4
4	4	4	4	5	5	2	4	4	4	2	4	2	4	4	5	3	3
5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5
6	5	5	5	4	5	5	4	4	3	2	4	5	4	3	5	4	4
7	4	4	4	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3
8	3	4	2	2	5	4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	1	3
9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	4	5
10	2	4	2	1	2	3	2	3	5	3	3	3	3	3	3	4	3
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	3	4
12	5	4	3	3	5	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	1	3
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	3	4
14	5	5	4	5	5	4	3	5	5	4	4	4	4	5	4	3	5
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	2	4
16	4	4	5	3	4	5	3	4	5	5	4	5	2	4	5	4	1
17	3	4	3	3	5	4	2	4	1	2	3	4	2	4	4	3	4
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	5	5	4	4	4	4
19	5	5	4	4	5	4	4	4	4	2	4	4	4	5	5	1	4
20	4	5	3	5	4	5	4	4	4	4	2	4	5	2	4	4	3
21	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	5	1	3
22	5	5	4	3	3	5	5	4	4	3	4	3	2	4	5	3	5
23	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	2	4
24	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2
25	5	5	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4
26	4	4	5	3	4	3	4	4	5	2	3	2	2	3	3	4	3
27	2	2	2	1	2	1	1	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2
28	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
29	4	5	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	5	4	4	2	2
30	4	5	3	4	5	5	5	5	5	3	4	4	3	4	4	2	5
31	5	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	1	2	4	5	4	5
32	3	3	1	5	5	5	3	5	5	3	3	3	3	5	5	5	5
33	4	4	5	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	5
34	5	5	5	5	4	4	4	5	4	1	3	1	2	5	3	2	2
35	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4
36	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
37	5	5	4	3	4	4	3	5	4	5	4	5	5	4	4	3	4
38	4	4	3	3	4	4	4	4	5	4	5	4	2	3	4	1	5
39	5	5	4	5	5	4	3	5	3	3	5	2	5	5	5	3	5
40	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
41	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4
42	4	4	5	5	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4
43	4	4	2	3	4	3	4	4	3	2	3	3	5	4	3	3	4
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4
45	5	5	4	4	4	4	4	5	3	5	4	5	5	4	4	4	3
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
47	4	5	3	4	5	5	4	4	4	2	3	1	4	3	3	4	1
48	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
49	3	4	4	4	5	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	1	3
50	3	4	3	1	4	4	5	4	1	5	4	3	3	3	3	2	3
51	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	5	3	4	4	3
Σ	211	220	195	189	215	199	186	206	201	168	191	188	190	197	205	153	191

	-		-			-	-			-	-	-	TOTAL SKOR
18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
4	3	4	5	3	4	4	4	3	3	2	3	5	108
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	4	135
4	2	5	1	4	4	3	4	4	4	3	3	2	112
4	3	5	4	4	3	5	5	4	3	4	3	3	113
3	5	4	5	4	4	2	5	5	5	5	5	4	134
4	5	4	5	3	3	5	5	4	4	5	5	5	128
4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	100
3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	103
4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	142
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	87
4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	2	5	5	126
4	3	3	5	3	3	3	5	4	4	4	3	3	106
4	5	4	5	4	4	2	5	4	4	5	5	5	126
4	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	125
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	115
4	4	4	4	4	1	5	5	4	4	4	4	4	118
4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	98
4	5	4	5	4	3	5	5	3	3	3	5	5	124
4	3	5	5	4	4	5	4	4	4	2	2	5	119
4	3	3	5	4	1	5	5	4	4	2	4	5	115
4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	99
4	4	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	127
4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	123
4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	90
4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	104
4	3	3	2	5	3	2	1	4	3	2	3	1	94
4	3	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	82
3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	116
3	5	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	116
4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	119
5	2	4	4	3	4	2	2	3	4	3	2	3	106
3	3	5	4	3	5	3	3	2	3	1	3	5	110
3	1	5	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	108
4	2	3	2	4	4	1	2	5	4	1	2	1	95
4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	2	2	4	120
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	150
5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	5	130
3	4	5	5	2	4	4	5	4	4	4	5	2	114
4	3	5	5	3	4	5	5	5	4	4	5	5	129
3	3	4	4	4	4	2	5	4	4	4	4	4	112
4	2	4	2	4	4	2	2	4	4	2	2	2	105
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116
4	4	3	5	3	2	5	4	3	3	4	5	5	108
4	3	4	5	4	4	5	5	3	4	3	5	5	119
4	5	3	5	4	1	5	5	4	4	5	3	5	125
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	116
1	5	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	97
4	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	4	3	123
3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	5	102
3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	5	96
4	5	3	5	4	3	5	5	2	3	5	5	4	115
192	184	200	203	188	181	189	207	191	191	180	194	195	

Lampiran 15

DATA HASIL KUESIONER FINAL VARIABEL Y

No.	No. Item																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	3	3	3	1	2	1	3	3	2	3	4	2	1	1	1	3	1	3	3
2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	5
3	3	2	3	5	3	3	2	1	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3
4	1	1	4	2	2	1	1	3	1	3	1	4	3	2	1	1	3	1	2	2
5	2	2	3	2	2	2	2	3	1	3	2	3	3	1	2	2	1	1	2	1
6	3	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	2
7	2	2	3	2	3	2	1	1	1	2	2	3	3	2	1	2	3	2	3	4
8	1	1	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
9	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4
10	3	4	4	3	3	3	2	4	1	4	3	4	2	2	3	3	2	2	3	3
11	3	3	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	1	3	1	2	3
12	3	4	3	2	3	2	1	3	3	5	4	4	3	2	3	3	3	4	3	4
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3
14	3	2	4	1	1	3	1	1	2	3	3	3	1	1	3	3	3	1	2	3
15	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	3
16	1	1	3	3	2	2	1	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	1	2	4
17	3	3	4	3	2	2	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	1	1	3	4
18	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3
19	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1
20	2	2	2	3	2	3	1	1	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2
21	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3
22	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
23	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3
24	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	5
25	1	1	2	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	1	4	2
26	3	4	3	3	2	4	3	2	5	4	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3
27	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3
28	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	1	3	1	2	3
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	4
30	2	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3
31	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	5	1	1
32	5	4	5	5	3	1	1	3	1	3	5	5	2	2	3	3	3	2	5	3
33	3	3	3	2	2	3	1	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4
34	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	4	2	3	5	3	3	3	4
35	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	1	1	2	1	2	2
36	3	3	4	4	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
37	2	2	3	1	3	3	2	3	1	3	1	3	1	2	1	2	3	3	2	4
38	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	4	3	2	1	2	1	1	2	2	4
39	2	1	3	1	2	3	3	3	1	1	1	3	5	2	1	4	5	2	1	4
40	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4
41	5	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
42	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	2	1	4
43	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3
44	2	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2
45	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	2
46	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3
47	5	4	4	4	4	5	3	1	1	2	3	2	3	5	3	5	2	1	1	2
48	3	3	5	2	5	4	2	5	3	3	3	4	3	2	3	3	5	1	2	5
49	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	3	2	1	3	2
50	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	5
51	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	2	1	2	2
Σ	119	105	135	109	108	109	78	106	89	116	110	142	114	91	95	116	118	82	107	152

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	Total Skor
1	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	3	2	3	2	3	2	1	1	79
1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	61
3	5	4	5	3	2	4	3	3	5	3	5	4	4	3	5	5	3	2	131
1	3	3	1	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	84
3	2	1	1	1	3	2	1	1	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	84
3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	2	3	4	1	1	66
2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	80
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	47
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	50
4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	122
1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	1	1	76
4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119
1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	1	4	1	1	2	53
3	3	2	1	1	3	4	1	3	4	1	4	2	3	2	1	3	1	1	87
3	1	1	2	4	1	1	2	2	1	3	4	3	2	1	1	1	1	1	62
3	3	2	1	1	2	2	2	2	5	3	4	3	4	2	3	2	3	2	86
5	5	3	3	3	4	4	3	3	5	4	4	3	5	4	4	4	4	3	131
2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	3	2	1	3	2	1	1	74
1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	49
2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2	4	1	2	2	3	2	1	1	77
3	2	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	77
1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	1	1	50
2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	86
4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	133
2	2	3	3	3	4	4	3	3	1	1	3	3	1	1	1	3	1	1	96
4	4	4	1	2	1	1	2	2	3	1	2	2	3	2	1	4	2	2	104
3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	125
1	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	1	82
2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1	1	65
2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	87
1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	57
1	3	3	5	2	1	4	3	3	5	4	4	3	5	4	4	4	4	3	129
4	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	2	2	114
3	4	3	4	5	4	5	3	4	5	3	3	5	3	4	3	5	4	4	129
3	3	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	77
3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	112
3	2	3	1	2	2	3	3	1	1	3	4	3	3	2	3	3	1	1	89
4	3	2	1	3	2	1	3	4	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	78
2	2	4	1	2	2	1	1	2	5	2	3	4	4	1	4	3	1	1	93
1	3	2	1	2	1	1	3	1	3	2	3	2	2	1	3	3	2	1	86
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	44
3	4	3	4	3	4	5	3	4	5	3	5	4	4	4	4	4	4	1	135
1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	2	2	1	1	62
2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	4	3	2	2	2	1	70
2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	1	61
3	2	2	3	1	1	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	1	1	96
3	3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	5	4	3	4	5	5	4	1	129
3	4	2	3	1	3	4	3	2	4	3	4	4	5	2	4	3	3	2	125
3	3	3	4	2	2	1	1	3	2	3	2	2	3	3	1	1	1	2	79
3	3	3	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	1	79
2	2	1	1	1	1	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	3	1	1	67
120	128	113	106	97	101	121	109	110	136	113	146	129	150	117	134	133	93	77	

Lampiran 16

DATA MENTAH VARIABEL X DAN VARIABEL Y

NO.	X	Y
1	108	79
2	135	61
3	112	131
4	113	84
5	134	84
6	128	66
7	100	80
8	103	47
9	142	50
10	87	122
11	126	76
12	106	119
13	126	53
14	125	87
15	115	62
16	118	86
17	98	131
18	124	74
19	119	49
20	115	77
21	99	77
22	127	50
23	123	86
24	90	133
25	104	96
26	94	104
27	82	125
28	116	82
29	116	65
30	119	87

NO.	X	Y
31	106	57
32	110	129
33	108	114
34	95	129
35	120	77
36	150	112
37	130	89
38	114	78
39	129	93
40	112	86
41	105	44
42	116	135
43	108	62
44	119	70
45	125	61
46	116	96
47	97	129
48	123	125
49	102	79
50	96	79
51	115	67

Lampiran 17

DATA URUT VARIABEL X DAN Y

NO.	X	Y
1	82	44
2	87	47
3	90	49
4	94	50
5	95	50
6	96	53
7	97	57
8	98	61
9	99	61
10	100	62
11	102	62
12	103	65
13	104	66
14	105	67
15	106	70
16	106	74
17	108	76
18	108	77
19	108	77
20	110	77
21	112	78
22	112	79
23	113	79
24	114	79
25	115	80
26	115	82
27	115	84
28	116	84
29	116	86
30	116	86

NO.	X	Y
31	116	86
32	118	87
33	119	87
34	119	89
35	119	93
36	120	96
37	123	96
38	123	104
39	124	112
40	125	114
41	125	119
42	126	122
43	126	125
44	127	125
45	128	129
46	129	129
47	130	129
48	134	131
49	135	131
50	142	133
51	150	135

Lampiran 18

PERHITUNGAN DISTRIBUSI FREKUENSI VARIABEL X (DUKUNGAN SOSIAL)

$$\begin{aligned} \text{Range} &= \text{Nilai Tertinggi} - \text{Nilai Terendah} \\ &= 150 - 82 \\ &= 68 \end{aligned}$$

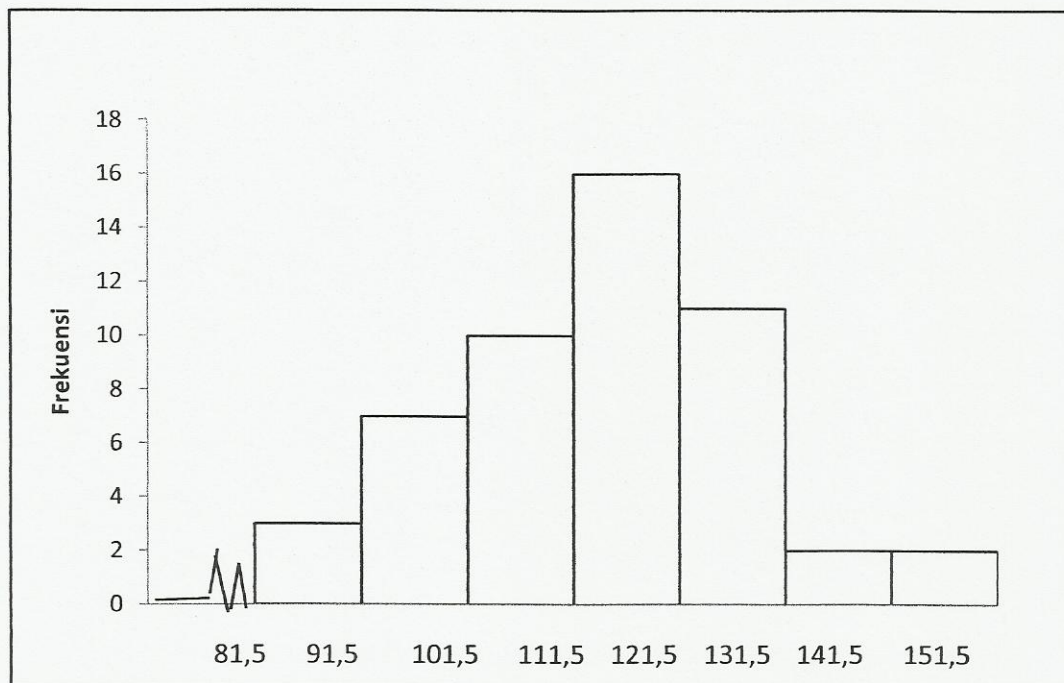
$$\begin{aligned} \text{Kelas} &= 1 + 3,322 \log n \\ &= 1 + 3,322 \log 51 \\ &= 1 + 3,322 (1,70757) \\ &= 6.672548 \longrightarrow 7 \end{aligned}$$

$$\text{Interval} = 9.714286 \longrightarrow 10$$

Skor	Titik Tengah	Batas Bawah	Batas Atas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
82 - 91	86.5	81.5	91.5	3	5.9
92 - 101	96.5	91.5	101.5	7	13.7
102 - 111	106.5	101.5	111.5	10	19.6
112 - 121	116.5	111.5	121.5	16	31.4
122 - 131	126.5	121.5	131.5	11	21.6
132 - 141	136.5	131.5	141.5	2	3.9
142 - 151	146.5	141.5	151.5	2	3.9
Σ				51	100

Lampiran 19

GRAFIK HISTOGRAM
VARIABEL X (DUKUNGAN SOSIAL)



Lampiran 20

PERHITUNGAN DISTRIBUSI FREKUENSI VARIABEL Y (*BURNOUT*)

$$\begin{aligned} \text{Range} &= \text{Nilai Tertinggi} - \text{Nilai Terendah} \\ &= 135 - 44 \\ &= 91 \end{aligned}$$

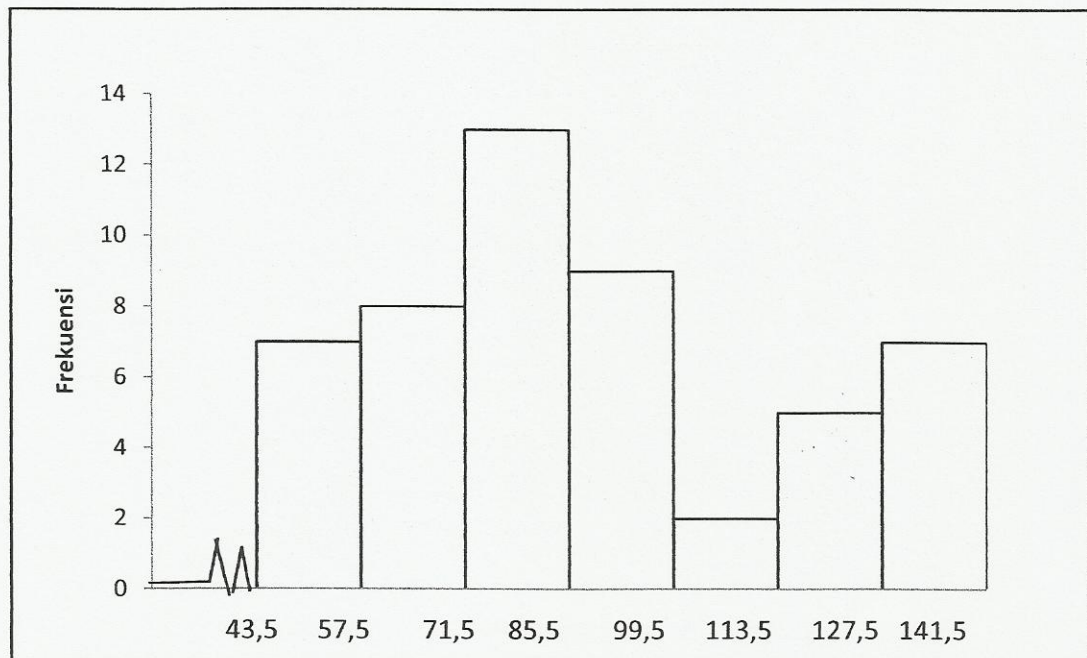
$$\begin{aligned} \text{Kelas} &= 1 + 3,322 \log n \\ &= 1 + 3,322 \log 51 \\ &= 1 + 3,322 (1,70757) \\ &= 6.672548 \longrightarrow 7 \end{aligned}$$

$$\text{Interval} = 13.58209 \longrightarrow 14$$

Skor	Titik Tengah	Batas Bawah	Batas Atas	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif (%)
44 - 57	50.5	43.5	57.5	7	13.7
58 - 71	64.5	57.5	71.5	8	15.7
72 - 85	78.5	71.5	85.5	13	25.5
86 - 99	92.5	85.5	99.5	9	17.6
100 - 113	106.5	99.5	113.5	2	3.9
114 - 127	120.5	113.5	127.5	5	9.8
128 - 141	134.5	127.5	141.5	7	13.7
Σ				51	100

Lampiran 21

GRAFIK HISTOGRAM
VARIABEL Y (*BURNOUT*)



Lampiran 22

**PERHITUNGAN RATA-RATA, VARIANS, STANDAR DEVIASI
VARIABEL X DAN Y**

n	x	y	$x - \bar{x}$	$y - \bar{y}$	$(x - \bar{x})^2$	$(y - \bar{y})^2$
1	108	79	-5.7255	-7.9412	32.7812	63.0623
2	135	61	21.2745	-25.9412	452.6048	672.9446
3	112	131	-1.7255	44.0588	2.9773	1941.1799
4	113	84	-0.7255	-2.9412	0.5263	8.6505
5	134	84	20.2745	-2.9412	411.0557	8.6505
6	128	66	14.2745	-20.9412	203.7616	438.5329
7	100	80	-13.7255	-6.9412	188.3891	48.1799
8	103	47	-10.7255	-39.9412	115.0361	1595.2976
9	142	50	28.2745	-36.9412	799.4479	1364.6505
10	87	122	-26.7255	35.0588	714.2518	1229.1211
11	126	76	12.2745	-10.9412	150.6636	119.7093
12	106	119	-7.7255	32.0588	59.6832	1027.7682
13	126	53	12.2745	-33.9412	150.6636	1152.0035
14	125	87	11.2745	0.0588	127.1146	0.0035
15	115	62	1.2745	-24.9412	1.6244	622.0623
16	118	86	4.2745	-0.9412	18.2714	0.8858
17	98	131	-15.7255	44.0588	247.2910	1941.1799
18	124	74	10.2745	-12.9412	105.5656	167.4740
19	119	49	5.2745	-37.9412	27.8205	1439.5329
20	115	77	1.2745	-9.9412	1.6244	98.8270
21	99	77	-14.7255	-9.9412	216.8401	98.8270
22	127	50	13.2745	-36.9412	176.2126	1364.6505
23	123	86	9.2745	-0.9412	86.0165	0.8858
24	90	133	-23.7255	46.0588	562.8989	2121.4152
25	104	96	-9.7255	9.0588	94.5852	82.0623
26	94	104	-19.7255	17.0588	389.0950	291.0035
27	82	125	-31.7255	38.0588	1006.5067	1448.4740
28	116	82	2.2745	-4.9412	5.1734	24.4152
29	116	65	2.2745	-21.9412	5.1734	481.4152
30	119	87	5.2745	0.0588	27.8205	0.0035
31	106	57	-7.7255	-29.9412	59.6832	896.4740
32	110	129	-3.7255	42.0588	13.8793	1768.9446
33	108	114	-5.7255	27.0588	32.7812	732.1799
34	95	129	-18.7255	42.0588	350.6440	1768.9446
35	120	77	6.2745	-9.9412	39.3695	98.8270
36	150	112	36.2745	25.0588	1315.8401	627.9446
37	130	89	16.2745	2.0588	264.8597	4.2388
38	114	78	0.2745	-8.9412	0.0754	79.9446
39	129	93	15.2745	6.0588	233.3106	36.7093
40	112	86	-1.7255	-0.9412	2.9773	0.8858
41	105	44	-8.7255	-42.9412	76.1342	1843.9446

42	116	135	2.2745	48.0588	5.1734	2309.6505
43	108	62	-5.7255	-24.9412	32.7812	622.0623
44	119	70	5.2745	-16.9412	27.8205	287.0035
45	125	61	11.2745	-25.9412	127.1146	672.9446
46	116	96	2.2745	9.0588	5.1734	82.0623
47	97	129	-16.7255	42.0588	279.7420	1768.9446
48	123	125	9.2745	38.0588	86.0165	1448.4740
49	102	79	-11.7255	-7.9412	137.4871	63.0623
50	96	79	-17.7255	-7.9412	314.1930	63.0623
51	115	67	1.2745	-19.9412	1.6244	397.6505
Σ	5800	4434			9788.1569	35426.8235
Rata-rata	113.7255	86.9412				

1. Varians Variabel X

$$\begin{aligned}\sigma^2 &= \frac{\Sigma(x - \bar{x})^2}{n - 1} \\ &= \frac{9788.1569}{51-1} \\ &= 195.7631\end{aligned}$$

2. Standar Deviasi Variabel X

$$\begin{aligned}\sigma &= \sqrt{\frac{\Sigma(x - \bar{x})^2}{n - 1}} \\ &= \sqrt{195.7631} \\ &= 13.9915\end{aligned}$$

3. Varians Variabel Y

$$\begin{aligned}\sigma^2 &= \frac{\Sigma(y - \bar{y})^2}{n - 1} \\ &= \frac{35426.82}{51-1} \\ &= 708.5365\end{aligned}$$

4. Standar Deviasi Variabel Y

$$\begin{aligned}\sigma &= \sqrt{\frac{\Sigma(y - \bar{y})^2}{n - 1}} \\ &= \sqrt{708.5365} \\ &= 26.6183\end{aligned}$$

Lampiran 23

PERHITUNGAN PERSAMAAN REGRESI

n	x	y	x^2	y^2	xy
1	108	79	11664	6241	8532
2	135	61	18225	3721	8235
3	112	131	12544	17161	14672
4	113	84	12769	7056	9492
5	134	84	17956	7056	11256
6	128	66	16384	4356	8448
7	100	80	10000	6400	8000
8	103	47	10609	2209	4841
9	142	50	20164	2500	7100
10	87	122	7569	14884	10614
11	126	76	15876	5776	9576
12	106	119	11236	14161	12614
13	126	53	15876	2809	6678
14	125	87	15625	7569	10875
15	115	62	13225	3844	7130
16	118	86	13924	7396	10148
17	98	131	9604	17161	12838
18	124	74	15376	5476	9176
19	119	49	14161	2401	5831
20	115	77	13225	5929	8855
21	99	77	9801	5929	7623
22	127	50	16129	2500	6350
23	123	86	15129	7396	10578
24	90	133	8100	17689	11970
25	104	96	10816	9216	9984
26	94	104	8836	10816	9776
27	82	125	6724	15625	10250
28	116	82	13456	6724	9512
29	116	65	13456	4225	7540
30	119	87	14161	7569	10353
31	106	57	11236	3249	6042
32	110	129	12100	16641	14190
33	108	114	11664	12996	12312
34	95	129	9025	16641	12255
35	120	77	14400	5929	9240
36	150	112	22500	12544	16800
37	130	89	16900	7921	11570
38	114	78	12996	6084	8892
39	129	93	16641	8649	11997
40	112	86	12544	7396	9632
41	105	44	11025	1936	4620

42	116	135	13456	18225	15660
43	108	62	11664	3844	6696
44	119	70	14161	4900	8330
45	125	61	15625	3721	7625
46	116	96	13456	9216	11136
47	97	129	9409	16641	12513
48	123	125	15129	15625	15375
49	102	79	10404	6241	8058
50	96	79	9216	6241	7584
51	115	67	13225	4489	7705
Σ	5800	4434	669396	420924	497079

$$a = \frac{\Sigma y \cdot \Sigma x^2 - \Sigma x \cdot \Sigma xy}{n \cdot \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2} = \frac{85043664}{499196} = 170.3613$$

$$b = \frac{n \cdot \Sigma xy - \Sigma x \cdot \Sigma y}{n \cdot \Sigma x^2 - (\Sigma x)^2} = \frac{-366171}{499196} = -0.7335$$

jadi, persamaan regresinya adalah:

$$Y = a + bx \longrightarrow Y = 170,36 - 0,73x$$

Langkah Perhitungan Rata-Rata, Varian dan Simpangan Baku
Regresi $Y = 170,36 - 0,73x$

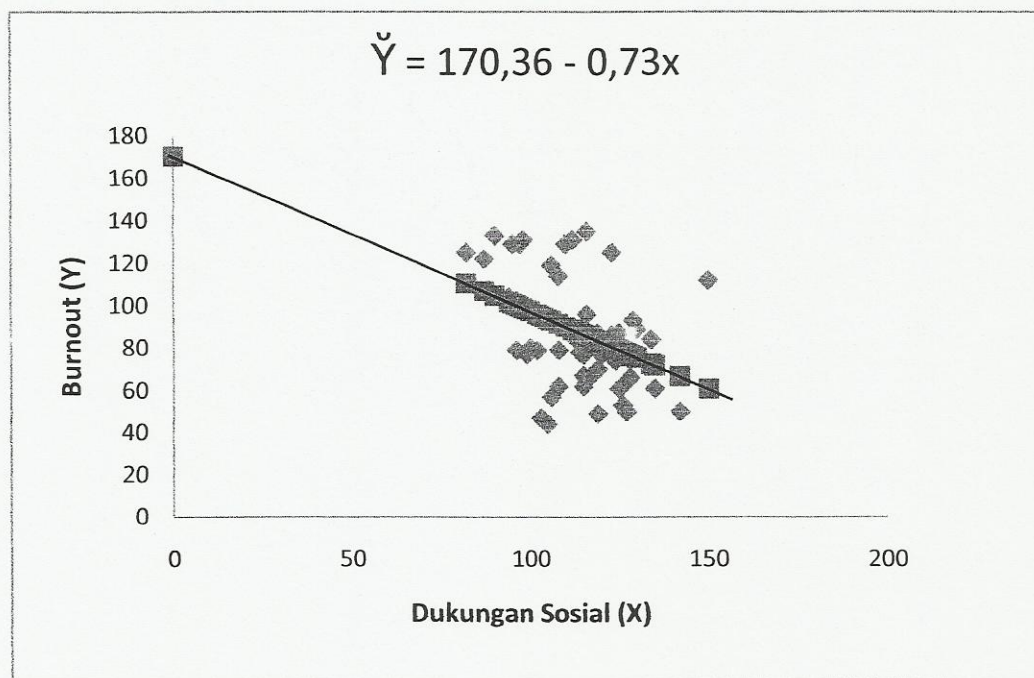
$$\begin{aligned} 1. \text{ Rata - Rata} &= \frac{\Sigma X_i}{n} \\ &= \frac{-16.67}{51} \\ &= -0.3269 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 2. \text{ Varians } (S^2) \quad \sigma^2 &= \frac{\Sigma (x - \bar{x})^2}{n - 1} \\ &= \frac{30216.37}{50} \\ &= 604.3274 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3. \text{ Standar Deviasi} &= \sqrt{S} \\ &= \sqrt{604,33} \\ &= 24.5831 \end{aligned}$$

Lampiran 24

DIAGRAM PENCAR REGRESI



Lampiran 25

Perhitungan Normalitas Galat Taksiran

n	X	$\hat{Y} = 170,36 - 0,73x$	Y	Y - \hat{Y}	Xi	Zi	Ztabel	F(Zi)	S(Zi)	F(Zi) - S(Zi)
1	108	91.46	79	-12.46	-49.65	-2.01	0.4778	0.0222	0.0196	0.0026
2	135	71.75	61	-10.75	-48.11	-1.94	0.4738	0.0262	0.0392	0.0130
3	112	88.54	131	42.46	-35.92	-1.45	0.4265	0.0735	0.0588	0.0147
4	113	87.81	84	-3.81	-34.43	-1.39	0.4177	0.0823	0.0784	0.0039
5	134	72.48	84	11.52	-29.46	-1.19	0.383	0.117	0.0980	0.0190
6	128	76.86	66	-10.86	-27.59	-1.11	0.3665	0.1335	0.1176	0.0159
7	100	97.3	80	-17.3	-25.32	-1.02	0.3461	0.1539	0.1373	0.0166
8	103	95.11	47	-48.11	-24.35	-0.98	0.3365	0.1635	0.1569	0.0066
9	142	66.64	50	-16.64	-21.22	-0.85	0.3023	0.1977	0.1765	0.0212
10	87	106.79	122	15.21	-21.03	-0.84	0.2996	0.2004	0.1961	0.0043
11	126	78.32	76	-2.32	-20.62	-0.83	0.2967	0.2033	0.2157	0.0124
12	106	92.92	119	26.08	-19.35	-0.77	0.2794	0.2206	0.2353	0.0147
13	126	78.32	53	-25.32	-18.05	-0.72	0.2642	0.2358	0.2549	0.0191
14	125	79.05	87	7.95	-17.3	-0.69	0.2549	0.2451	0.2745	0.0294
15	115	86.35	62	-24.35	-16.84	-0.67	0.2486	0.2514	0.2941	0.0427
16	118	84.16	86	1.84	-16.64	-0.66	0.2454	0.2546	0.3137	0.0591
17	98	98.76	131	32.24	-13.43	-0.53	0.2019	0.2981	0.3333	0.0352
18	124	79.78	74	-5.78	-12.46	-0.49	0.1879	0.3121	0.3529	0.0408
19	119	83.43	49	-34.43	-10.86	-0.43	0.1664	0.3336	0.3725	0.0389
20	115	86.35	77	-9.35	-10.75	-0.42	0.1628	0.3372	0.3922	0.0550
21	99	98.03	77	-21.03	-9.35	-0.37	0.1443	0.3557	0.4118	0.0561
22	127	77.59	50	-27.59	-9.08	-0.36	0.1406	0.3594	0.4314	0.0720
23	123	80.51	86	5.49	-5.78	-0.22	0.0871	0.4129	0.4510	0.0381
24	90	104.6	133	28.4	-5.7	-0.22	0.0871	0.4129	0.4706	0.0577
25	104	94.38	96	1.62	-3.81	-0.14	0.0557	0.4443	0.4902	0.0459
26	94	101.68	104	2.32	-3.62	-0.13	0.0517	0.4483	0.5098	0.0615
27	82	110.44	125	14.56	-2.54	-0.09	0.0359	0.4641	0.5294	0.0653
28	116	85.62	82	-3.62	-2.32	-0.08	0.0319	0.4681	0.5490	0.0809

29	116	85.62	65	-20.62	1.62	0.08	0.0319	0.5319	0.5686	0.0367
30	119	83.43	87	3.57	1.84	0.09	0.0359	0.5359	0.5882	0.0523
31	106	92.92	57	-35.92	2.32	0.11	0.0438	0.5438	0.6078	0.0640
32	110	90	129	39	3.57	0.16	0.0636	0.5636	0.6275	0.0639
33	108	91.46	114	22.54	5.49	0.24	0.0948	0.5948	0.6471	0.0523
34	95	100.95	129	28.05	7.95	0.34	0.1331	0.6331	0.6667	0.0336
35	120	82.7	77	-5.7	10.38	0.44	0.17	0.67	0.6863	0.0163
36	150	60.8	112	51.2	11.52	0.48	0.1844	0.6844	0.7059	0.0215
37	130	75.4	89	13.6	13.6	0.57	0.2157	0.7157	0.7255	0.0098
38	114	87.08	78	-9.08	14.56	0.61	0.2291	0.7291	0.7451	0.0160
39	129	76.13	93	16.87	15.21	0.63	0.2357	0.7357	0.7647	0.0290
40	112	88.54	86	-2.54	16.87	0.70	0.258	0.758	0.7843	0.0263
41	105	93.65	44	-49.65	22.54	0.93	0.3238	0.8238	0.8039	0.0199
42	116	85.62	135	49.38	26.08	1.07	0.3577	0.8577	0.8235	0.0342
43	108	91.46	62	-29.46	28.05	1.15	0.3749	0.8749	0.8431	0.0318
44	119	83.43	70	-13.43	28.4	1.17	0.379	0.879	0.8627	0.0163
45	125	79.05	61	-18.05	29.51	1.21	0.3869	0.8869	0.8824	0.0045
46	116	85.62	96	10.38	32.24	1.32	0.4066	0.9066	0.9020	0.0046
47	97	99.49	129	29.51	39	1.60	0.4452	0.9452	0.9216	0.0236
48	123	80.51	125	44.49	42.64	1.75	0.4599	0.9599	0.9412	0.0187
49	102	95.84	79	-16.84	44.94	1.84	0.4671	0.9671	0.9608	0.0063
50	96	100.22	79	-21.22	49.38	2.02	0.4783	0.9783	0.9804	0.0021
51	115	86.35	67	-19.35	51.2	2.10	0.4821	0.9821	1	0.0179
Σ	5800	4451.3	4434		-16.67					
Rata-Rata										
S (simpangan baku)										
Σxi										

Lampiran 26

PERHITUNGAN UJI NORMALITAS GALAT TAKSIRAN

1. Kolom Zi

$$Z_i = \frac{\bar{X}_i - X_i}{S} = \frac{(-49,65) + 0,327}{24.583} = -2.01$$

2. Kolom Ztabel

Nilai Zi dikonsultasikan pada tabel standar normalitas

misalnya: Zi 1 sebesar -2,01 dikonsultasikan pada tabel standar normalitas, maka diketahui Ztabel sebesar 0,4778

3. Kolom F(Zi)

Jika Zi negatif maka $F(Z_i) = 0,5 - Z_{\text{tabel}}$

Jika Zi positif maka $F(Z_i) = 0,5 + Z_{\text{tabel}}$

contoh: Zi = -2,01, maka $0,5 - Z_{\text{tabel}} = 0,5 - 0,4778 = 0,0222$

4. Kolom S(Zi)

$$\begin{aligned} S(Z_i) &= \frac{\text{Nomor responden}}{\text{Jumlah responden}} \\ &= \frac{1}{51} \\ &= 0.0196 \end{aligned}$$

5. Kolom | F(Zi) - S(Zi) |

Nilai mutlak antara | F(Zi) - S(Zi) |

$$\begin{aligned} &= | 0,0222 - 0,0196 | \\ &= 0.0026 \end{aligned}$$

Lampiran 27

TABEL PERHITUNGAN UJI LINEARITAS REGRESI

No	K	n	X	Y	Y^2	XY	$\sum Y^2$	($\sum Y$)	$(\sum Y)^2$	$\frac{(\sum Y)^2}{n}$	$\sum Y^2 - \frac{(\sum Y)^2}{n}$
1	1	1	82	125							
2	2	1	87	122							
3	3	1	90	133							
4	4	1	94	104							
5	5	1	95	129							
6	6	1	96	79							
7	7	1	97	129							
8	8	1	98	131							
9	9	1	99	77							
10	10	1	100	80							
11	11	1	102	79							
12	12	1	103	47							
13	13	1	104	96							
14	14	1	105	44							
15	15	2	106	119	14161	12614	17410	176	30976	15488	1922
16			106	57	3249	6042					
17	16	3	108	79	6241	8532	23081	255	65025	21675	1406
18			108	114	12996	12312					
19			108	62	3844	6696					
20	17	1	110	129							
21	18	2	112	131	17161	14672	24557	217	47089	23545	1012.5
22			112	86	7396	9632					
23	19	1	113	84							
24	20	1	114	78							
25	21	3	115	62	3844	7130	14262	206	42436	14145	116.6667
26			115	77	5929	8855					
27			115	67	4489	7705					
28	22	4	116	82	6724	9512	38390	378	142884	35721	2669
29			116	65	4225	7540					
30			116	135	18225	15660					
31			116	96	9216	11136					
32	23	1	118	86							
33	24	3	119	49	2401	5831	14870	206	42436	14145	724.6667
34			119	87	7569	10353					
35			119	70	4900	8330					
36	25	1	120	77							
37	26	2	123	86	7396	10578	23021	211	44521	22261	760.5
38			123	125	15625	15375					
39	27	1	124	74							
40	28	2	125	87	7569	10875	11290	148	21904	10952	338
41			125	61	3721	7625					

42	29	2	126	76	5776	9576	8585	129	16641	8320.5	264.5
43			126	53	2809	6678					
44	30	1	127	50							
45	31	1	128	66							
46	32	1	129	93							
47	33	1	130	89							
48	34	1	134	84							
49	35	1	135	61							
50	36	1	142	50							
51	37	1	150	112							
Σ	37	51	5800	4434	175466	223259					9213.8333

Lampiran 28

Perhitungan Uji Keberartian Regresi

1. Mencari Jumlah Kuadrat Total JK(T)

$$\begin{aligned} \text{JK (T)} &= \sum Y^2 \\ &= 420924 \end{aligned}$$

2. Mencari Jumlah Kuadrat Regresi a JK(a)

$$\begin{aligned} \text{JK (a)} &= \frac{(\sum Y)^2}{n} \\ &= \frac{19660356}{51} \\ &= 385497 \end{aligned}$$

3. Mencari Jumlah Kuadrat Regresi b JK (b/a)

$$\begin{aligned} \text{JK (b/a)} &= b \cdot \left(\sum xy - \frac{\sum x \cdot \sum y}{n} \right) \\ &= -0,73 \cdot (497079 - ((5800 \cdot 4434)/51)) \\ &= 5241,27 \end{aligned}$$

4. Mencari jumlah Kuadrat Residu JK (res)

$$\begin{aligned} \text{JK (res)} &= \text{JK (T)} - \text{JK (a)} - \text{JK(b/a)} \\ &= 420924 - 385497 - 5241,27 \\ &= 30185,55 \end{aligned}$$

5. Mencari Derajat Kebebasan (dk)

$$\begin{aligned} \text{dk (T)} &= n = 51 \\ \text{dk (a)} &= 1 \\ \text{dk (b/a)} &= 1 \\ \text{dk (res)} &= n-2 = 51-2 = 49 \end{aligned}$$

6. Mencari Rata-Rata Jumlah Kuadrat

$$\text{RJK(b/a)} = \frac{\text{JK(b/a)}}{\text{dk (b/a)}} = \frac{5241,27}{1} = 5241,27$$

$$\text{RJK (res)} = \frac{\text{JK(res)}}{\text{dk (res)}} = \frac{30185,6}{49} = 616,03168$$

7. Kriteria Pengujian

Terima H_0 jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka regresi tidak berarti

Tolak H_0 jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka regresi berarti

8. Pengujian

$$F_{hitung} = \frac{RJK(b/a)}{RJK(res)} = \frac{5241,27}{616,03168} = 8,51$$

9. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan $F_{hitung} = 8,51$

Berdasarkan taraf signifikan 0,05, pada tabel distribusi f dengan menggunakan dk pembilang 1 dan dk penyebut $n-2 = 49$

Dihasilkan $F_{tabel} = 4,04$

Sehingga $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka dapat disimpulkan regresi berarti

Lampiran 29

Perhitungan Uji Kelinearan Regresi

1. Mencari Jumlah Kuadrat Error (JK e)

$$JK_e = \left[\sum (y_1^2 + y_2^2 + \dots y_n^2) - \frac{(y_1 + y_2 + y_n)^2}{n} \right]$$

$$= 9213,83 \text{ (lihat lampiran Tabel Perhitungan Uji Linearitas)}$$

2. Mencari Jumlah Kuadrat Tuna Cocok (JK TC)

$$JK_{TC} = JK_{(res)} - JK_e$$

$$= 30185,6 - 9213,83$$

$$= 20971,7$$

3. Mencari Derajat Kebebasan

$$K = 37$$

$$dk_{TC} = k - 2 = 35$$

$$dk_e = n - k = 51 - 37 = 14$$

4. Mencari rata-rata jumlah kuadrat

$$RJK_{TC} = 20971,7 / 35 = 599,19207$$

$$RJK_e = 9213,83 / 14 = 658,13071$$

5. Kriteria Pengujian

Terima H_0 jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka regresi linear

Tolak H_0 jika $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka regresi tidak linear

6. Pengujian

$$F_{hitung} = \frac{RJK_{TC}}{RJK_e} = \frac{599,19207}{658,13071} = 0,91$$

7. Kesimpulan

Berdasarkan $F_{hitung} = 0,91$, dengan taraf signifikansi 0,05 pada tabel distribusi F dengan menggunakan dk pembilang 35, dk penyebut 14 $F_{tabel} = 2,01$ sehingga $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka dapat disimpulkan bahwa model persamaan regresi adalah linear.

Lampiran 30

Tabel ANAVA Untuk Uji Keberartian Dan Linearitas Regresi

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	F
Total	n	$\sum Y^2$	$\sum Y^2$	
Regresi(a)	1	$\frac{(\sum Y)^2}{n}$	JK(a)	$\frac{RJK(b a)}{RJK \text{ res}}$
Regresi (b a)	1	$b. \left(\sum xy - \frac{\sum x. \sum y}{n} \right)$	JK(b a)	
Residu	n-2	JK(S)	$\frac{JK(S)}{n-2}$	
Tuna Cocok	k-2	JK(TC)	$\frac{JK(TC)}{k-2}$	$\frac{RJK(TC)}{RJK G}$
Galat (kekeliruan)	n-k	JK(G)	$\frac{JK(G)}{n-k}$	

Sumber Variasi	dk	JK	RJK	Fhitung	Ftabel	Keterangan
regresi a	1	385497	385497,18			
regresi a b	1	5241,27	5241,2712			
residu	49	30185,6	616,03168	8,51	4,04	Berarti
Tuna Cocok	35	20971,7	599,19207			
Kekeliruan (e)	14	9213,83	658,13071	0,91	2,01	Linear

Lampiran 31

PERHITUNGAN KOEFISIEN KORELASI PRODUCT MOMENT

Diketahui:

$n =$	51	$\Sigma xy =$	497079
$\Sigma x =$	5800	$(\Sigma x)^2 =$	33640000
$\Sigma y =$	4434	$(\Sigma y)^2 =$	19660356
$\Sigma x^2 =$	669396	$\Sigma y^2 =$	420924

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

$$\begin{aligned}
 r &= \frac{51 \cdot 497079 - (5800 \cdot 4434)}{\sqrt{((51 \cdot 669396) - 33640000) \cdot ((51 \cdot 420924) - 19660356)}} \\
 &= \frac{-366171}{949700.7} \\
 &= -0.38556 \\
 &= -0.39
 \end{aligned}$$

Kesimpulan

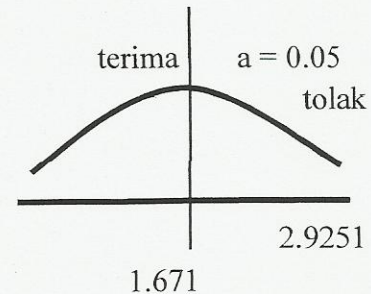
Pada Perhitungan Product Moment diatas diperoleh $r_{hitung} = -0,39$

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel X (*dukungan sosial*) dan variabel Y (*burnout*)

Lampiran 32

PERHITUNGAN UJI SIGNIFIKANSI KOEFISIEN KORELASI (Uji - t)

$$\begin{aligned}
 t &= \frac{r \sqrt{(n-2)}}{\sqrt{(1-r^2)}} \\
 &= \frac{-2.69895}{0.922681} \\
 &= -2.9251
 \end{aligned}$$



Kesimpulan:

t_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 dengan dk $(n-2) = (51-2) = 49$ sebesar 1.671

Kriteria Pengujian:

jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka H_0 ditolak, dan data dinyatakan signifikan.

Jadi antara variabel X dan variabel Y terdapat hubungan yang signifikan

Hasil Pengujian

$t_{\text{hitung}} -2,9251 > t_{\text{tabel}} -1,671$ dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y

Lampiran 33

PERHITUNGAN KOEFISIEN DETERMINASI

Untuk mencari seberapa besar variasi variabel Y yang ditentukan oleh variabel X, maka digunakan Uji Koefisien Determinasi dengan rumus:

$$\begin{array}{rcl}
 & & = r_{xy}^2 \times 100\% \\
 \text{Koefisien} & = & \\
 \text{Determinasi} & = & 0.39 \times 100\% \\
 & = & 14.87 \quad \%
 \end{array}$$

Dari hasil tersebut diinterpretasikan bahwa burnout ditentukan oleh dukungan sosial sebesar 14,87%

Lampiran 34

RATA-RATA HITUNG SKOR VARIABEL DUKUNGAN SOSIAL

indikator 1	211
	186
	192
	203
	189
total	981
rata-rata	196.2

indikator 4	195
	201
	205
	184
total	785
rata-rata	196.25

indikator 7	191
	191
	200
	191
	180
total	953
rata-rata	190.6

indikator 2	220
	206
	190
total	616
rata-rata	205.33

indikator 5	189
	168
total	357
rata-rata	178.5

indikator 8	188
total	188
rata-rata	188

indikator 3	197
	188
	207
total	592
rata-rata	197.33

indikator 6	215
	153
total	368
rata-rata	184

indikator 9	199
	181
	191
	194
	195
total	960
rata-rata	192

Rata-Rata Hitung Skor Dukungan Sosial

Indikator	Jumlah Item	Rata-rata	Persentase
Memberikan Penghargaan	5	196.2	11.4%
Memberikan Kepercayaan	3	205.33	11.9%
Memberikan Perhatian	3	197.33	11.4%
Memberikan Bantuan	4	196.25	11.4%
Uang	2	178.5	10.3%
Makanan	2	184	10.6%
Nasihat	5	190.6	11%
Petunjuk	1	188	10.9%
Saran	5	192	11.1%

Lampiran 35

RATA-RATA HITUNG SKOR VARIABEL *BURNOUT*

indikator 1	119
	110
total	229
rata-rata	114.5

indikator 2	105
	142
	120
	101
	136
	146
	150
	117
	134
	133
	93
	77
total	1454
rata-rata	121.17

indikator 3	135
total	135
rata-rata	135

indikator 4	109
	128
	131
	113
total	481
rata-rata	120.25

indikator 5	108
	114
	118
total	340
rata-rata	113.33

indikator 6	109
total	109
rata-rata	109

indikator 7	78
	91
	82
	113
	109
total	473
rata-rata	94.6

indikator 8	106
	95
	106
total	307
rata-rata	102.33

indikator 9	89
	107
	97
	110
	129
total	532
rata-rata	106.4

indikator 10	116
	116
	152
total	384
rata-rata	128

Rata-Rata Hitung Skor Burnout

Indikator	Jumlah Item	Rata-rata	Persentase
Frustasi	2	114.5	10%
Tidak Berdaya	12	121.17	10.6%
Sedih	1	135	11.8%
Tertekan	4	120.25	10.5%
Mudah Tersinggung	3	113.33	9.9%
Mudah Marah	1	109	9.5%
Bersikap Sinis	5	94.6	8.3%
Perasaan Hampa	3	102.33	8.9%
Tidak Peduli	5	106.4	9.3%
Berpendapat Negatif	3	128	11.2%

PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU DENGAN
TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	s			N	s			N	s		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	653	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Lampiran 37

TABEL III
NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT

N	Taraf Signif		N	Taraf Signif		N	Taraf Signif	
	5%	1%		5%	1%		5%	1%
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

Lampiran 38

TABEL II
NILAI-NILAI DALAM DISTRIBUSI t

α untuk uji dua pihak (two tail test)						
	0,50	0,20	0,10	0,05	0,02	0,01
α untuk uji satu pihak (one tail test)						
dk	0,25	0,10	0,05	0,025	0,01	0,005
1	1,000	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657
2	0,816	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925
3	0,765	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841
4	0,741	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604
5	0,727	1,486	2,015	2,571	3,365	4,032
6	0,718	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707
7	0,711	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499
8	0,706	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355
9	0,703	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250
10	0,700	1,372	1,812	2,228	2,764	3,165
11	0,697	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106
12	0,695	1,356	1,782	2,178	2,681	3,055
13	0,692	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012
14	0,691	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977
15	0,690	1,341	1,753	2,132	2,623	2,947
16	0,689	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921
17	0,688	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898
18	0,688	1,330	1,743	2,101	2,552	2,878
19	0,687	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861
20	0,687	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845
21	0,686	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831
22	0,686	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819
23	0,685	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807
24	0,685	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797
25	0,684	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787
26	0,684	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779
27	0,684	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771
28	0,683	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763
29	0,683	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756
30	0,683	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750
40	0,681	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704
60	0,679	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660
120	0,677	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617
∞	0,674	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576

Lampiran 39

DAFTAR XIX(11)
NILAI KRITIS L UNTUK UJI LILLIEFORS

Ukuran Sampel	Tingkat Nyata (α)				
	0,01	0,05	0,10	0,15	0,20
n = 4	0,417	0,381	0,352	0,319	0,300
5	0,405	0,337	0,315	0,299	0,285
6	0,364	0,319	0,294	0,277	0,265
7	0,348	0,300	0,276	0,258	0,247
8	0,331	0,285	0,261	0,244	0,233
9	0,311	0,271	0,249	0,233	0,223
10	0,294	0,258	0,239	0,224	0,215
11	0,284	0,249	0,230	0,217	0,206
12	0,275	0,242	0,223	0,212	0,199
13	0,268	0,234	0,214	0,202	0,190
14	0,261	0,227	0,207	0,194	0,183
15	0,257	0,220	0,201	0,187	0,177
16	0,250	0,213	0,195	0,182	0,173
17	0,245	0,206	0,189	0,177	0,169
18	0,239	0,200	0,184	0,173	0,166
19	0,235	0,195	0,179	0,169	0,163
20	0,231	0,190	0,174	0,166	0,160
25	0,200	0,173	0,158	0,147	0,142
30	0,187	0,161	0,144	0,136	0,131
n > 30	1,031	0,886	0,805	0,768	0,736
	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}	\sqrt{n}

Sumber: Conover, W.J., Practical Nonparametric Statistics, John Wiley & Sons, Inc., 1973.

$v_2 = dk$ penyebut		$v_1 = dk$ pembilang																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	∞	
1	161	200	216	225	230	234	237	239	241	242	243	244	245	246	248	249	250	251	252	253	254	254	254	254	254	254
2	4.052	4.999	5.403	5.625	5.764	5.859	5.928	5.981	6.022	6.056	6.082	6.106	6.142	6.169	6.208	6.234	6.258	6.286	6.302	6.223	6.334	6.352	6.361	6.366	6.366	
3	18.51	19.00	19.16	19.25	19.30	19.33	19.36	19.37	19.38	19.40	19.41	19.42	19.43	19.44	19.45	19.46	19.47	19.47	19.47	19.48	19.48	19.49	19.50	19.50	19.50	
4	34.12	30.81	29.48	28.71	28.24	27.91	27.67	27.40	27.34	27.23	27.15	27.05	26.92	26.83	26.69	26.60	26.50	26.41	26.30	26.27	26.23	26.18	26.14	26.12	26.12	
5	6.61	5.79	5.41	5.19	5.05	4.95	4.88	4.82	4.78	4.74	4.70	4.68	4.64	4.60	4.56	4.53	4.50	4.46	4.44	4.42	4.40	4.38	4.37	4.36	4.36	
6	16.26	13.27	12.06	11.39	10.97	10.67	10.45	10.27	10.15	10.05	9.96	9.85	9.77	9.68	9.55	9.47	9.38	9.29	9.24	9.17	9.13	9.09	9.04	9.02	9.02	
7	5.59	4.74	4.35	4.12	3.97	3.79	3.73	3.68	3.63	3.60	3.57	3.52	3.49	3.44	3.41	3.38	3.34	3.32	3.29	3.28	3.25	3.24	3.23	3.23	3.23	
8	5.32	4.46	4.07	3.84	3.69	3.58	3.50	3.44	3.39	3.34	3.31	3.28	3.23	3.20	3.15	3.12	3.08	3.05	3.03	3.00	2.98	2.96	2.94	2.93	2.93	
9	5.12	4.26	3.86	3.63	3.48	3.37	3.29	3.23	3.18	3.13	3.10	3.07	3.02	2.98	2.93	2.90	2.86	2.82	2.80	2.77	2.76	2.73	2.72	2.71	2.71	
10	4.96	4.10	3.71	3.48	3.33	3.22	3.14	3.07	3.02	2.97	2.94	2.91	2.86	2.82	2.77	2.74	2.70	2.67	2.64	2.61	2.59	2.56	2.55	2.54	2.54	
11	4.84	3.98	3.59	3.36	3.20	3.09	3.01	2.95	2.90	2.86	2.82	2.79	2.74	2.70	2.65	2.61	2.57	2.53	2.50	2.47	2.45	2.42	2.41	2.40	2.40	
12	4.75	3.88	3.49	3.26	3.11	3.00	2.92	2.85	2.80	2.76	2.72	2.69	2.64	2.60	2.54	2.50	2.46	2.42	2.40	2.36	2.35	2.32	2.31	2.30	2.30	
13	4.57	3.80	3.41	3.18	3.02	2.92	2.84	2.77	2.72	2.67	2.63	2.60	2.55	2.51	2.46	2.42	2.38	2.34	2.32	2.28	2.26	2.24	2.22	2.21	2.21	
14	4.80	3.74	3.34	3.11	2.96	2.85	2.77	2.70	2.65	2.60	2.56	2.53	2.49	2.44	2.39	2.35	2.31	2.27	2.24	2.21	2.19	2.16	2.14	2.13	2.13	
	8.86	6.51	5.56	5.03	4.69	4.46	4.28	4.14	4.03	3.94	3.86	3.80	3.70	3.62	3.51	3.43	3.34	3.26	3.21	3.14	3.11	3.06	3.02	3.00	3.00	

Lampiran 42

$v_2 = dk$ penyebut	$v_1 = dk$ pembilang																									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	20	24	30	40	50	75	100	200	500	00		
15	4.54	3.68	3.29	3.06	2.90	2.79	2.70	2.64	2.59	2.55	2.51	2.48	2.43	2.39	2.33	2.29	2.25	2.21	2.18	2.15	2.12	2.10	2.08	2.07		
16	8.68	6.36	5.42	4.89	4.56	4.32	4.14	4.00	3.89	3.80	3.73	3.67	3.56	3.48	3.36	3.29	3.20	3.12	3.07	3.00	2.97	2.92	2.89	2.87		
17	4.49	3.63	3.24	3.01	2.85	2.74	2.66	2.59	2.54	2.49	2.45	2.42	2.37	2.33	2.28	2.24	2.20	2.16	2.13	2.09	2.07	2.04	2.02	2.01		
18	8.53	6.23	5.29	4.77	4.44	4.20	4.03	3.89	3.78	3.69	3.61	3.55	3.45	3.37	3.25	3.18	3.10	3.01	2.96	2.89	2.86	2.80	2.77	2.75		
19	4.45	3.59	3.20	2.96	2.81	2.70	2.62	2.55	2.50	2.45	2.41	2.38	2.33	2.29	2.23	2.19	2.15	2.11	2.08	2.04	2.02	1.99	1.97	1.96		
20	8.40	6.11	5.18	4.67	4.34	4.10	3.93	3.79	3.68	3.59	3.52	3.45	3.35	3.27	3.16	3.08	3.00	2.92	2.85	2.79	2.76	2.70	2.67	2.65		
21	4.41	3.55	3.16	2.93	2.77	2.66	2.58	2.51	2.46	2.41	2.37	2.34	2.29	2.25	2.19	2.15	2.11	2.07	2.04	2.00	1.98	1.95	1.93	1.92		
22	8.28	6.01	5.09	4.58	4.25	4.01	3.85	3.71	3.60	3.51	3.44	3.37	3.27	3.19	3.07	3.00	2.91	2.83	2.78	2.71	2.68	2.62	2.59	2.57		
23	4.38	3.52	3.13	2.90	2.74	2.63	2.55	2.48	2.43	2.38	2.34	2.31	2.26	2.21	2.15	2.11	2.07	2.02	2.00	1.96	1.94	1.91	1.90	1.88		
24	8.18	5.93	5.01	4.50	4.17	3.94	3.77	3.63	3.52	3.43	3.36	3.30	3.19	3.12	3.00	2.92	2.84	2.76	2.70	2.63	2.60	2.54	2.51	2.49		
25	4.35	3.49	3.10	2.87	2.71	2.60	2.52	2.45	2.40	2.35	2.31	2.28	2.23	2.18	2.12	2.08	2.04	1.99	1.96	1.92	1.90	1.87	1.85	1.84		
26	8.10	5.85	4.94	4.43	4.10	3.87	3.71	3.56	3.45	3.37	3.30	3.23	3.13	3.05	2.94	2.86	2.77	2.69	2.63	2.56	2.53	2.47	2.44	2.42		
27	4.32	3.47	3.07	2.84	2.68	2.57	2.49	2.42	2.37	2.32	2.28	2.25	2.20	2.15	2.09	2.05	2.00	1.96	1.93	1.89	1.87	1.84	1.82	1.81		
28	7.94	5.72	4.82	4.31	3.99	3.76	3.59	3.45	3.35	3.26	3.18	3.12	3.02	2.94	2.83	2.75	2.67	2.58	2.53	2.46	2.42	2.37	2.33	2.31		
29	4.28	3.42	3.03	2.80	2.64	2.53	2.45	2.38	2.32	2.28	2.24	2.20	2.14	2.10	2.04	2.00	1.96	1.91	1.88	1.84	1.82	1.79	1.77	1.76		
30	7.88	5.66	4.76	4.25	3.94	3.71	3.54	3.41	3.30	3.21	3.14	3.07	2.97	2.89	2.78	2.70	2.62	2.53	2.48	2.41	2.37	2.32	2.28	2.26		
31	4.26	3.40	3.01	2.78	2.62	2.51	2.43	2.36	2.30	2.26	2.22	2.18	2.13	2.09	2.02	1.98	1.94	1.89	1.86	1.82	1.80	1.76	1.74	1.73		
32	7.82	5.61	4.72	4.22	3.90	3.67	3.50	3.36	3.25	3.17	3.09	3.03	2.93	2.85	2.74	2.66	2.58	2.49	2.44	2.36	2.33	2.27	2.23	2.21		
33	4.24	3.38	2.99	2.76	2.60	2.49	2.41	2.34	2.28	2.24	2.20	2.16	2.11	2.06	2.00	1.96	1.92	1.87	1.84	1.80	1.77	1.74	1.72	1.71		
34	7.77	5.57	4.68	4.18	3.86	3.63	3.46	3.32	3.21	3.13	3.05	2.99	2.89	2.81	2.70	2.62	2.54	2.45	2.40	2.32	2.29	2.23	2.19	2.17		
35	4.22	3.37	2.98	2.74	2.59	2.47	2.39	2.32	2.27	2.22	2.18	2.15	2.10	2.05	1.99	1.95	1.90	1.85	1.82	1.78	1.75	1.72	1.70	1.69		
36	7.72	5.53	4.64	4.14	3.82	3.59	3.42	3.29	3.17	3.09	3.02	2.96	2.86	2.77	2.66	2.58	2.50	2.41	2.36	2.28	2.25	2.19	2.15	2.13		
37	4.21	3.35	2.96	2.73	2.57	2.46	2.37	2.30	2.25	2.20	2.16	2.13	2.08	2.03	1.97	1.93	1.88	1.84	1.80	1.76	1.74	1.71	1.68	1.67		
38	7.68	5.49	4.60	4.11	3.79	3.56	3.39	3.26	3.14	3.06	2.98	2.93	2.83	2.74	2.63	2.55	2.47	2.38	2.33	2.25	2.21	2.16	2.12	2.10		
39	4.20	3.34	2.95	2.71	2.56	2.44	2.36	2.29	2.24	2.19	2.15	2.12	2.06	2.02	1.95	1.91	1.87	1.81	1.78	1.75	1.72	1.69	1.67	1.65		
40	7.64	5.45	4.57	4.07	3.76	3.53	3.36	3.23	3.11	3.03	2.95	2.90	2.80	2.71	2.60	2.52	2.44	2.35	2.30	2.22	2.18	2.13	2.09	2.06		
41	4.18	3.33	2.93	2.70	2.54	2.43	2.35	2.28	2.22	2.18	2.14	2.10	2.05	2.00	1.94	1.90	1.85	1.80	1.77	1.73	1.71	1.68	1.65	1.64		
42	7.60	5.52	4.54	4.04	3.73	3.50	3.33	3.20	3.08	3.00	2.92	2.87	2.77	2.68	2.57	2.49	2.41	2.32	2.27	2.19	2.15	2.10	2.06	2.03		
43	4.17	3.32	2.92	2.69	2.53	2.42	2.34	2.27	2.21	2.16	2.12	2.09	2.04	1.99	1.93	1.89	1.84	1.79	1.76	1.72	1.69	1.66	1.64	1.62		
44	7.56	5.39	4.51	4.02	3.70	3.47	3.30	3.17	3.06	2.98	2.90	2.84	2.74	2.66	2.55	2.47	2.38	2.33	2.24	2.16	2.13	2.07	2.03	2.01		
45	4.15	3.30	2.90	2.67	2.51	2.40	2.32	2.25	2.19	2.14	2.10	2.07	2.02	1.97	1.91	1.86	1.82	1.76	1.74	1.69	1.67	1.64	1.61	1.59		
46	7.50	5.34	4.46	3.97	3.66	3.42	3.25	3.12	3.01	2.92	2.86	2.80	2.70	2.62	2.51	2.42	2.34	2.25	2.20	2.12	2.08	2.02	1.98	1.96		
47	4.13	3.28	2.88	2.65	2.49	2.38	2.30	2.23	2.17	2.12	2.08	2.05	2.00	1.95	1.89	1.84	1.80	1.74	1.72	1.67	1.64	1.61	1.59	1.57		
48	7.44	5.29	4.42	3.93	3.61	3.38	3.21	3.08	2.97	2.89	2.82	2.76	2.66	2.58	2.47	2.39	2.30	2.24	2.15	2.08	2.04	1.99	1.94	1.91		

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DWI SETYANINGSIH, lahir di Jakarta pada tanggal 16 November 1988 yang merupakan anak ke-dua dari tiga bersaudara. Saat ini tinggal di Jalan M. Kahfi I Gang Manggis 001/01 No. 12 Ciganjur Jagakarsa Jakarta-Selatan.

Alamat e-mail: setyadwi32@yahoo.co.id

Pendidikan yang pernah dijalani:

- ✓ SD Negeri Jagakarsa 06 Pagi (lulus tahun 2001)
- ✓ SMP Negeri 166 Jakarta (lulus tahun 2004)
- ✓ SMK Negeri 8 Jakarta (lulus tahun 2007)

Diterima di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) pada tahun 2008 melalui Ujian Masuk Bersama (UMB) di Fakultas Ekonomi, Jurusan Ekonomi dan Administrasi, Program Studi Pendidikan Ekonomi, Konsentrasi Pendidikan Akuntansi.

Pengalaman Organisasi:

- ✓ Staff Bendahara Umum Koperasi Mahasiswa UNJ
- ✓ Kabid. Bendahara Umum Koperasi Mahasiswa UNJ

Pengalaman Kerja:

- ✓ Program Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Negeri 25 Jakarta pada bulan Juli 2011 sampai dengan bulan Desember 2011
- ✓ Praktek Kerja Lapangan (PKL) di Bank Tabungan Negara (BTN) Kantor Cabang Jakarta Kuningan.